



“Comer sopa todos os dias é fundamental, pois faz bem ao intestino e fornece nutrientes sem igual”



# Slogan - Sopa

A cada boca  
uma boa sopa.



# SLOGANS- SOPA

- Para incentivar o consumo de sopa criamos slogans como:
- Come sopa que para além de rica em proteínas dá-te vitaminas;
- A sopa facilita a ingestão de alimentos mesmo para pessoas com dificuldades, por isso é ideal para todas as idades;
- A sopa promove uma maior saciedade para comeres a certa quantidade;
- A sopa tem um baixo valor calórico e dá-te energia para ficares eufórico.



# SLOGANS

☐ COMA a SOPA NÃO ignore o que faz BEM.

☐ Mais SOPA equivale a mais ENERGIA.



# Slogan - Fruta

Uma peça de fruta  
por dia nem sabe o  
bem que lhe fazia.



# FRUTA

- E por fim criamos slogans para incentivar o consume de fruta:
- ▶ Se de fruta comeres algumas doses evitas doenças e viroses;
- ▶ Se laranja consumir a constipação vou prevenir;
- ▶ Para a saúde prolongar a fruta vais ter de papar;
- ▶ Senão queres ser obeso come fruta que controla o peso.



“ Quem saúde quer ter, diariamente fruta deve comer”





## Slogan - Frutos secos

Alimenta-te com a energia da natureza.  
Come frutos secos.

“Coma vegetais durante a refeição, pois ajudam os nossos ossos e trazem satisfação”



## *Slogans sobre uma alimentação saudável*

- "Uma maçã por dia faz manter o médico longe".

A maçã, é fonte de importantes nutrientes que proporcionam o bem-estar do organismo.





# SLOGANS

☐ Trate a comida como pessoas. Valorize o que elas têm de melhor e evite as que lhe fazem mal.



☐ Coma SALADA e torne-se mais FORTE !!!!!



# VEGETAIS

- Criamos também medidas para incentivar o consumo de vegetais:
- Apesar de diferentes, os vegetais são todos ricos em nutrientes;
- Come vegetais que é uma diversão e facilitam-te a digestão;
- Tu que és preguiçoso não precisas de te decidir, pois os vegetais tem tudo o que o organismo precisa para se nutrir;
- Se comeres vegetais ricos em fibras, ferro, sais minerais, vitaminas e potássio não precisas de ir ao ginásio.



# SLOGANS



❑ FRUTAS e LEGUMES nunca são demais.



❑ Prefira as VERDURAS, são sempre a melhor ESCOLHA.



# SLOGANS

❑ VITAMINAS são tudo o que  
você PRECISA.



❑ NUNCA é tarde para COMER  
LEGUMES.



# Slogan - Desperdícios alimentares

Nada se perde,  
tudo se cozinha!  
Evite o desperdício.



Para esta quarentena,  
proponho-vos um exercício;  
alimentem-se bem  
e evitem o desperdício.



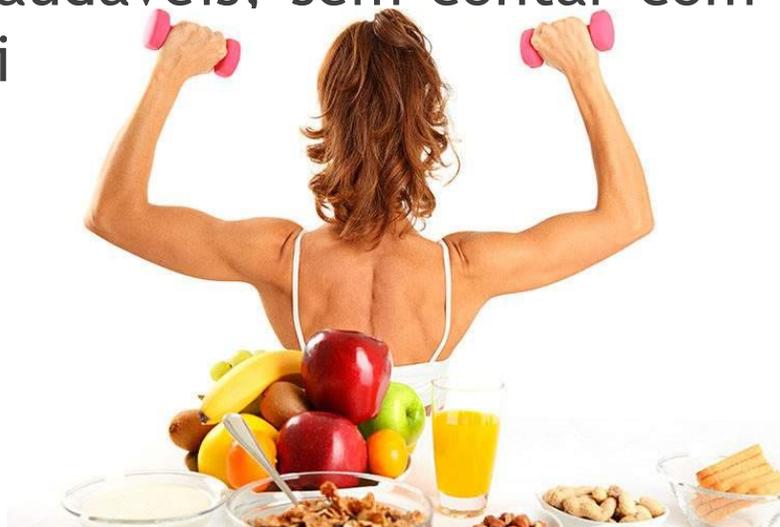
# Slogans

- ▶ Se ferro queres ter  
Feijão tens que comer
- ▶ Para o planeta ajudar  
Os desperdícios  
alimentares deves evitar.
- ▶ Para vitamina C ter  
Citricos tens que comer
- ▶ Eu sei que gostas de Nutella  
Mas escolhe a beringela

# *Slogans* sobre uma alimentação saudável

- “Saúde não é só a sua forma física, é também a sua forma de se alimentar“

Uma alimentação completa, variada e equilibrada é essencial para sermos saudáveis, sem contar com a prática regular de exercícios físicos



# Slogans sobre uma alimentação saudável

- “Exercício físico também é alimento para o corpo e alma.”

A prática regular de exercício físico tem inúmeros benefícios tais como: melhoria da aptidão cardiorrespiratória e muscular, entre outras.

