



Olá, muito prazer! Sou Tânia Cardoso Domingues, a nova nutricionista do Colégio.

Você que se preocupa com a sua saúde e a da sua família, que tem interesse e gosta quando falamos sobre o tema, a rede adventista da APSe (Associação Sudeste) está preocupada e interessada no bem estar não só do seu filho, mas também de toda a sua família.

Segundo a pesquisa Vigitel divulgada neste ano (Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico), 52,5% dos brasileiros estão acima do peso. Destes, 17,9% são obesos. Em uma pesquisa realizada em 2006, o número de brasileiros obesos segundo a pesquisa era de 42,6% e de obesos 11,8%. Não é preocupante?

Pensando nisto separamos um cantinho especial com dicas para cuidarmos melhor da nossa saúde. Vamos disponibilizar aqui vários artigos, dicas, curiosidades e receitas. Vamos mostrar os projetos de saúde realizados pelas escolas, mas principalmente, queremos mostrar que é possível mudar os hábitos de sua família e ter mais saúde. Espero que vocês aproveitem! 😊

“ Amado, oro para que você tenha boa saúde e tudo corra bem, assim como vai bem a sua alma” 3 João 1:2

Somos o que fazemos, mas somos, principalmente, o que fazemos para mudar o que somos.

Eduardo Galeano