EPRAMI-MONÇÃO

EPRANEWS

OUTUBRO/2023 WWW.EPRAMI.PT Nº001



ANIVERSÁRIO

No dia 25 de outubro de 2023, a Escola Profissional do Alto Minho, EPRAMI, viveu um dia memorável, com a celebração do 24º aniversário do polo de Monção.
Um discurso emocionado da diretora de polo, Ana Cristina Dias, enfatizou a importância da educação e o papel fundamental que a escola desempenha na formação dos jovens.

Parabéns EPRAMI!

O BOLO

Os alunos da turma do 2º ano de CP2CP5, juntamente com a professora Mª do Carmo Fernandes, confecionaram o bolo de aniversário, o qual foi saboreado e amplamente aprovado por todos os membros da comunidade Eprami-Monção.

Parabéns aos nossos colegas!



ESPAÇO

ESTUDANTE

1ª DIA DE AULAS



Prepara-te para novos desafios, aprendizagens incríveis e muitos momentos especiais. Juntos, vamos construir um ano letivo repleto de conquistas e amizades. A EPRAMI espera por ti, com as portas abertas e muita energia positiva. Vamos fazer deste ano letivo um sucesso!

PRIMEIRO DIA DE AULAS

No primeiro dia de aulas, embarcamos numa jornada emocionante de aprendizagem e diversão. Preparamos atividades interativas que estimularam a criatividade, trabalho em equipa e paixão pelo conhecimento.









SEMANA DA SAÚDE E DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Entre os dias 16 e 19 de outubro, e no âmbito da Semana da Alimentação, decorreram, na Eprami, algumas atividades relacionadas com a saúde e a alimentação. Destacam-se uma palestra com o tema "Alimentação saudável", pela nutricionista Dra. Ana Fernandes, o lanche saudável confecionado pelas turmas de Cozinha/Pastelaria e a recolha dos Sinais Vitais (IMC /TA) à comunidade escolar, pelos alunos de Farmácia e Saúde.

PILARES DA SAÚDE

Alimentar-se bem e fazer consultas médicas regulares são fundamentais para manter uma boa saúde e qualidade de vida. Uma dieta equilibrada, rica em frutas, legumes, proteínas magras e grãos integrais contribui para um sistema imunológico forte, níveis de energia estáveis e a prevenção de condições crónicas, como diabetes e doenças cardiovasculares.





A BASE PARA UMA VIDA DE BEM-ESTAR

As consultas médicas regulares desempenham um papel crucial na deteção precoce de problemas de saúde e no acompanhamento do seu estado físico. Os profissionais de saúde podem identificar riscos, diagnosticar doenças em estágios iniciais e propor tratamentos preventivos.

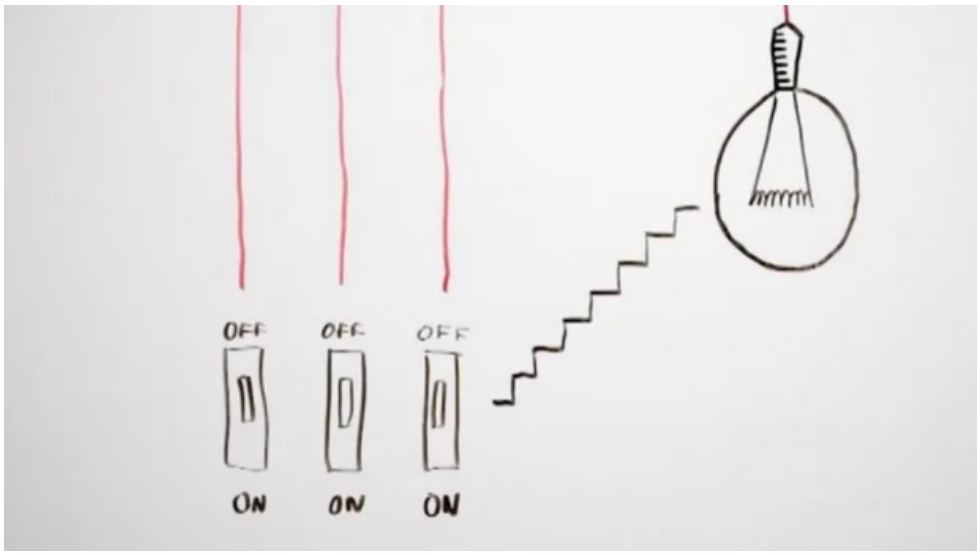
BEM-ESTAR GERAL

Alimentar-se bem e fazer consultas médicas regulares são investimentos valiosos para a sua saúde a longo prazo. Esses cuidados podem prevenir complicações de saúde, garantir um envelhecimento mais saudável e proporcionar bem-estar geral, contribuindo para uma vida mais plena e ativa.



ESPAÇO

DO DESAFIO



Descubra a resposta e ganhe um prémio.

Scaneie este QR Code para poder submeter a sua resposta.

Realizado por: Leandro Sousa e Pedro Paulo