

PROTÓTIPOS QUE PODEM SER USADOS PARA O TEMA

SEMÁFORO DOS ALIMENTOS

VERDE



AMARELO

MODERAR



VERMELHO

EVITAR



Semáforo dos alimentos

Criar um quadro com três cores:

- Verde: pode comer sempre (frutas, legumes, verduras).
- Amarelo: moderar (pães, massas, carnes gordurosas).
- Vermelho: evitar (refrigerante, doces em excesso, frituras).
- Os idosos podem colocar cartões com fotos de alimentos em cada cor.