

LOURINHÃ

"CASINHA ESCOLAR" DÁ APOIO A CRIANÇAS, PAIS E PROFESSORES

Um centro de estudos diferente



APOIO: "Casinha Escolar" é um complemento escolar

geral@frenteoeste.com

É um centro de estudos que oferece actividades diferentes e está situado na Lourinhã, desde Novembro do ano passado. Chama-se "Casinha Escolar" e tem quatro anos de existência.

O projecto surgiu "por necessidade própria", conta a directora do centro, Natacha Francisco. Como estava desempregada e em casa "decidi dar apoio escolar à minha filha, já que tinha habilitações académicas para tal". Durante um ano deu apoio à filha e aos colegas de turma dela na sua própria casa. Mais tarde começou a ter pedidos para dar explicações "do quinto ano para cima e continuei a dar apoio e explicações a todos eles na minha casa". Como, nessa altura, o número de crianças aumentou "decidi dar-lhes um espaço melhor". O centro de estudos abriu primeiramente em Pregança do Mar, mas em Novembro de 2007 foi transferido para a Lourinhã.

Mais do que um centro de estudos a "Casinha Escolar" faz "um acompanhamento, ou complemento, da escola e da casa". Ou seja, "o que está relacionado com a escola e a falta dos pais (por não terem tempo), mas sem a intenção de os substituir".

Neste momento a "Casinha Escolar" dá apoio desde o pré-escolar até aos pais das crianças "pois alguns estão a frequentar cursos

inseridos nas novas oportunidades". Além do apoio escolar o centro de estudos tem cursos de inglês, francês, espanhol, português para estrangeiros, alemão e italiano.

O centro de estudos conta com quatro colaboradores que dão apoio "a matemática, a inglês, a psicologia e a outras actividades e disciplinas", explica a directora. Neste momento têm 40 crianças inscritas para apoio e explicações, sendo que "no primeiro ciclo são 12 e no segundo ciclo são 28". "Todos os alunos que frequentam a 'Casinha Escolar' melhoraram as notas", refere Natacha Francisco, dando o exemplo de um aluno que estava no 10º ano e que tinha tido nove negativas no segundo período e "conseguiu superá-las no terceiro trimestre e teve apenas uma negativa".

A "Casinha Escolar" espera abrir, ainda este ano, um novo espaço direccionado aos professores. Neste novo centro irá existir um gabinete de apoio aos professores, onde estará patente a vertente do relacionamento "destes com os pais e com os próprios alunos".

Além destas temáticas, o centro de estudos tem outras componentes como um espaço lúdico (com pingue-pongue e uma playstation), um espaço net, uma mini papelaria e um snack-bar. Existe, também, uma área cultural com exposições de pintura, dança, teatro e saídas culturais.

Rita Pereira:



"É tão fácil ficar em forma!"

"Não tenho tempo para dietas rigorosas é por isso que o BioActive CLA Xtra é uma ajuda essencial. Quando tomo o suplemento regularmente é muito mais fácil manter o meu peso e ficar bem na minha roupa. O meu corpo está muito mais firme principalmente nas zonas críticas que normalmente têm tendência a ficarem flácidas. O BioActive CLA Xtra ajuda a perder peso e a obter um corpo mais firme.... é tão fácil!"

Documentado

Resultados após 6 semanas de tratamento

	Grupo CLA	Grupo de controlo
Massa gorda perdida	1 quilo	Nenhuma
Massa gorda obtida	Nenhuma	0.7 quilos

Fonte: International Journal of Obesity, 2006

Um estudo científico realizado em 40 indivíduos (idades compreendidas entre os 18-44 anos) demonstrou que o CLA reduz a massa gorda.

Reduz a gordura e dá firmeza.

- O CLA converte a gordura em músculo.
- O Chá Verde acelera a conversão da gordura em músculo, fazendo com que a perda de gordura seja mais eficiente.

+ À venda em farmácias

O BioActive CLA Xtra é um suplemento alimentar sob a forma de cápsulas e não substitui um regime alimentar variado. Para mais informações consulte o seu médico ou farmacêutico.



Pharma Nord

Tel: 21 413 11 30 Fax: 21 413 11 31

www.pharmanord.pt



Ganhe um ano de produto grátis!

Envie-nos uma carta, juntamente com este cupão, a relatar o seu caso de sucesso com os suplementos BioActive. Se a sua história for uma das escolhidas, para ser utilizada no nosso material informativo, será contactado(a) pela Pharma Nord e terá um ano de produto grátis. Enviar para: Pharma Nord, R. Dr. António Loureiro Borges, nº9, 10º, 1495-131 Algés.

Nome: _____

Morada: _____

C.P.: _____ e-mail: _____

Telefone/Telemóvel: _____