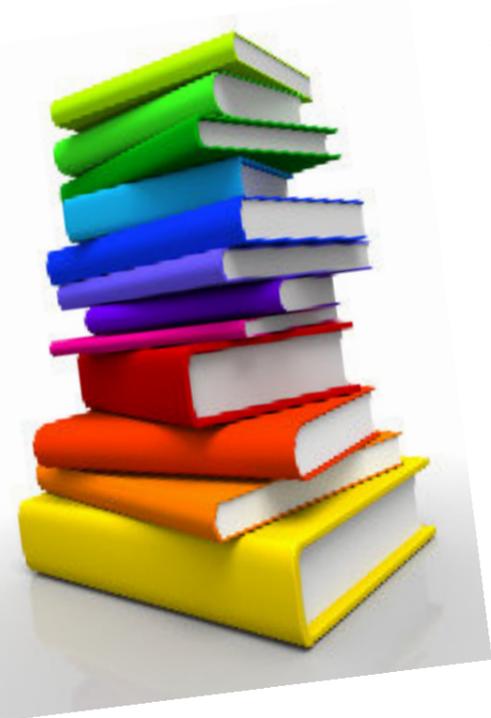




# No regresso às aulas, a Direção-Geral do Consumidor recomenda...

## Para gerir melhor o seu orçamento ►

- Verifique se existe material do ano letivo anterior que possa ser reutilizado;
- Faça uma lista do material escolar, envolvendo as crianças na sua elaboração;
- Compare os preços e não se precipite.



## MATERIAL ESCOLAR

Procure a troca de livros recorrendo  
a bancos de recolha e partilha gratuita.

Dê prioridade à qualidade e  
durabilidade dos produtos.  
Preste atenção à rotulagem  
e às instruções constantes  
das embalagens.

## MOCHILA

Escolha uma mochila adequada à estatura da criança e que não seja demasiado pesada quando vazia (quando vazia não deve pesar mais do que meio kg).

## Computadores, tablets...

Verifique se têm "marcação CE" sabendo que este tipo de produtos tem uma garantia legal de 2 anos.  
Nas compras pela internet, caso se arrependa, pode rescindir o contrato no prazo de 14 dias a contar da data em que recebeu o bem.



## VESTUÁRIO

Dê preferência a roupas que permitam que as crianças se movimentem e brinquem em segurança.

Evite comprar roupa com cordões fixos e deslizantes pois podem causar acidentes com consequências fatais.



A alimentação saudável é muito importante na prevenção da obesidade infantil.

Na preparação das refeições siga as recomendações da Roda dos Alimentos Mediterrânica.

Consulte a brochura digital da DGC em  
[www.consumidor.pt](http://www.consumidor.pt) |  
[facebook.com/dgconsumidor](https://facebook.com/dgconsumidor)