

## Dia Mundial da Alimentação "entre livros, pratos e cheiros"

### Language

Undefined



Em Castro Marim, o Dia Mundial da Alimentação será entre livros, pratos e cheiros. Em parceria com a Associação In Loco, o Município de Castro Marim promove uma tarde diferente na Biblioteca Municipal, com ações que procuram e informar e promover uma “alimentação saborosa, saudável e económica”.

As ações são dinamizadas em torno da **nova edição do livro “O Prato Certo”**, com truques e dicas de receitas saborosas, simples e acessíveis, inspiradas nos princípios da alimentação mediterrânica. Assim, será realizada uma **palestra, com a presença de uma nutricionista**, e um **workshop culinário**, organizado por um **chef convidado**. Paralelamente, decorre um **pequeno “mercadinho”, com a venda de produtos alimentares locais e saudáveis**, numa perspetiva de valorização dos recursos endógenos e de géneros de circuitos curtos, incentivando a produção e o consumo de proximidade. Haverá também **atividades dirigidas aos mais pequenos**, relacionadas com o tema “Alimentação Saudável”, e uma **exposição sobre o “Desperdício Alimentar”**, uma das grandes preocupações do nosso tempo, já que mais de 2.5 milhões de toneladas da comida produzida anualmente são perdidas ou desperdiçadas (WWF, 2021).

Esta jornada é dirigida a todos os interessados, mas **com limite de participantes e inscrição prévia (nº 281 510 747)** e sujeita às normas da DGS adequadas ao espaço.

Esta é uma das muitas iniciativas que o Município de Castro Marim tem vindo a desenvolver nas áreas da saúde, da reeducação alimentar e do ambiente. Outras foram, por exemplo, o desenvolvimento dos programas desportivos “Põe-te em Forma” e “Ao Ritmo dos 60”, do 1º

programa municipal de Combate à Obesidade e do programa ambiental "Jovens pelo Ambiente".

Fonte: Município de Catro Marim

---

**Source URL (modified on 13/10/2021 - 14:05):**

<http://www.dietamediterranea.pt/?q=en/not%C3%ADcias-alimenta%C3%A7%C3%A3o-nutri%C3%A7%C3%A3o-workshop/dia-mundial-da-alimenta%C3%A7%C3%A3o-entre-livros-pratos-e-cheiros>