Concelho da Sertã acolhe ações de Literacia Alimentar

Language
Undefined

Durante este mês de junho, decorrerão no concelho da Sertã diversas atividades de literacia alimentar, no âmbito do projeto “LA&DMMT | Literacia Alimentar & Dieta Mediterrânica no Médio Tejo” direcionadas a toda a comunidade. Neste âmbito, uma carrinha foodtruck estará presente no dia 14 de junho no Mercado Municipal da Sertã, no dia 16 de junho no mercado Produtos da Terra (Alameda da Carvalha), no dia 17 de junho no Mercado Municipal de Cernache do Bonjardim e no dia 23 de junho no Mercado Municipal de Pedrógão Pequeno. A referida foodtruck irá disponibilizar para prova dois pratos simples e apelativos, confeccionados a partir de produtos endógenos adquiridos nos respetivos mercados.

O projeto “LA&DMMT | Literacia Alimentar & Dieta Mediterrânica no Médio Tejo” visa contribuir para a qualidade de vida das populações através da adoção de uma alimentação equilibrada, sustentável, tendencialmente de base local, e associada à dieta mediterrânica.

Refira-se que no âmbito deste projeto foram já desenvolvidas algumas ações, em parceria com o Município da Sertã, junto do público escolar e sénior do concelho. A “Oficina do Pão em Forno a Lenha” decorreu a 23 de maio na Alameda da Carvalha, na Sertã, tendo contado com a participação da turma do 1ºano da Escola Básica da Sertã e de alunos da Academia Sénior da Sertã que, juntos, puseram as mãos na massa. Enquanto o pão levedou/cozeu, houve tempo para um momento de atividade física promovido pelo Município da Sertã. A iniciativa finalizou com a degustação do pão confecionado. À tarde, na Escola Básica São Nuno de Santa Maria, em Cernache do Bonjardim, teve lugar a “Oficina de Alimentação Saudável - entender a dieta mediterrânica”, que contou com a participação dos alunos do 4.º ano da referida escola. A atividade consistiu na execução de lanches escolares saudáveis e sustentáveis, chamando a atenção para a importância de uma alimentação saudável e demonstrando que, com alimentos saudáveis, podem ser feitos lanches muito apetecíveis.
No dia seguinte, 24 de maio, o Instituto Vaz Serra acolheu a atividade “Valorização dos produtos endógenos”, em que os alunos do 5.º ano confecionaram uma sopa de feijão com couve de “entulho” e assistiram a uma introdução teórica sobre a importância do consumo de

alimentos frescos, a época de produção e a importância dos alimentos que constituíam o prato e a sua relação com a Dieta Mediterrânica. No final, os alunos degustaram a sopa confecionada.

Integrado no âmbito do PDR 2020, o projeto “LA&DMMT | Literacia Alimentar & Dieta Mediterrânica no Médio Tejo” é promovido pela ADIRN – Associação para o Desenvolvimento Integrado do Ribatejo Norte, em parceria com a Pinhal Maior – Associação de Desenvolvimento do Pinhal interior Sul, Tagus – Associação para o Desenvolvimento Integrado do Ribatejo Interior, Comunidade Intermunicipal do Médio Tejo e Rede Rural Nacional.

Fonte: Município da Sertã

Source URL (modified on 14/06/2024 - 15:14):
http://www.dietamediterranica.pt/?q=en/not%C3%ADcias-aliteracia-alimentar/concelho-da-sert%C3%A3-acolhe-a%C3%A7%C3%B5es-de-literacia-alimentar