



Portalegre

Workshop “Jantar Saudável”

Pais e crianças aprendem a gostar de hortícolas

> Cerca de 70 pais, encarregados de educação e crianças participaram, no dia 14 de Março, num workshop intitulado “Jantar Saudável”, promovido pela equipa do projecto Alimentação Saudável nas Escolas do Concelho de Portalegre, em colaboração com as educadoras do Jardim Infantil da Escola da Corredoura.

Durante o evento, que decorreu na Cozinha Comunitária do Mercado Municipal de Portalegre, sob orientação da equipa do projecto, composta pela nutricionista Mónica Nunes e pela coordenadora Margarida Maicã, os participantes tiveram oportunidade de aprender e degustar de algumas hortícolas, o que foi ao encontro do

grande objectivo do evento que era proporcionar um contacto mais próximo de alimentos saudáveis, a sua manipulação, formas de confeção e degustação.

O projecto Alimentação Saudável nas Escolas do Concelho de Portalegre existe há dez anos, tendo surgido de um desafio lançado pela Câmara Municipal de Portalegre ao Instituto Politécnico de Portalegre com a finalidade de ajudar a mudar atitudes e comportamentos em relação aos hábitos alimentares das crianças e jovens das escolas do concelho e, em simultâneo, sensibilizar as suas famílias, de forma a maximizar a sustentabilidade das mudanças propostas.

