

Workshop tema “Alimentação Saudável e Sustentável” - Comer bem faz bem ao Planeta – Ricardo Lopes. Nutrimeio.

Uma alimentação saudável e sustentável garante não só a saúde e bem-estar atendendo às necessidades biológicas e socioculturais de cada um como igualmente atende ao respeito e equilíbrio na utilização dos recursos naturais cuidando do meio ambiente. É neste sentido que surge esta ação pedagógica que visa abordar os conceitos que envolvem a sustentabilidade alimentar bem como introduzir hábitos conscientes: reutilizar, reciclar, reduzir, repensar e recusar. Cujos principais objetivos são a saúde individual, coletiva e do planeta, beneficiando de uma melhor alimentação com menores impactes ambientais, nomeadamente a redução do desperdício alimentar.

A Nutrimeio, entidade dinamizadora, é uma empresa de Formação e Consultoria em Ambiente e Nutrição Sustentável.