



ao sabor das



estações

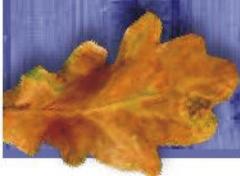


2017 - 2018

# “Semana da Alimentação”

16 a 21  
outubro

MONTEMOR-O-NOVO





Anualmente, no dia **16 de outubro** celebra-se o **Dia Mundial da Alimentação**. Neste ano, o tema proposto pela Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura (FAO) **“Mude o futuro da migração. Investir na segurança alimentar e no desenvolvimento rural”**.

A CMMN em parceria com outras entidades promove a semana da alimentação com um conjunto de iniciativas, com o objetivo de promover hábitos saudáveis e sustentáveis de alimentação como por exemplo consumir produtos da época e sempre que possível local.

Nesta época do ano, existe uma diversidade de produtos que podemos designar de os **“super alimentos” de outono** como por exemplo: cogumelos, romãs, castanhas, diospiros, batata doce, abóbora, etc...



16 de outubro

10h00 : Átrio da Câmara Municipal

# SHOW COOKING

*“Menos sal  
+ especiarias  
+ ervas aromáticas”*

pela Nutricionista

**Dina Sardinha**

(ACES Alentejo Central | URAP)





21 de outubro

10h00 : Mercado Municipal

## SHOW COOKING

### “Sabores de Outono - Cogumelos”

pela Chef

Susana Cigarro

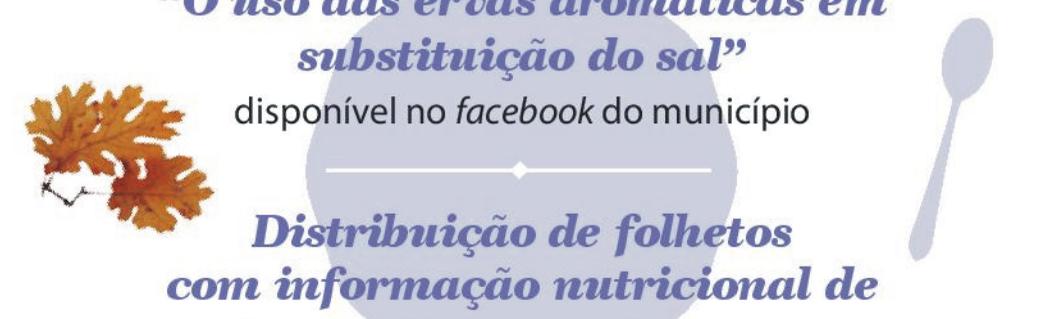


ao longo da semana

Assista ao filme:

### “O uso das ervas aromáticas em substituição do sal”

disponível no *facebook* do município



Distribuição de folhetos  
com informação nutricional de  
alguns alimentos do outono

ORGANIZA O:

APOIO:

