

Dicas para evitar o desperdício de alimentos

Prefira alimentos que produzam o mínimo de resíduos.
Produza menos lixo!

Revise diariamente sua geladeira para evitar que bons alimentos sejam perdidos;

Use a criatividade para preparar suas refeições com os alimentos que você tem disponíveis;

Utilize as cascas, folhas e talos devidamente limpos, eles são ricos em vitaminas e minerais e dão receitas saborosas;

Sirva menos comida no prato... Você pode repetir, mas não desperdiçar!

Programe-se antes de ir ao supermercado, faça sempre uma lista de compras!

Economize, seu trabalho e esforço valem muito!
Faça uma média da quantidade da porção por pessoa.
Evite as sobras!

Divulgue essa ideia e multiplique sua ação!
Poupe recursos. O Meio Ambiente, que é a nossa casa comum, agradece!



SEGURANÇA ALIMENTAR

PROGRAMA DE EDUCAÇÃO AMBIENTAL DA
UHE SÃO MANOEL

A realização deste programa é uma medida de mitigação exigida pelo licenciamento ambiental, conduzido pelo Ibama

O Conceito

A Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) compreende a realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis



Você sabia que no Brasil existem leis que garantem esse direito?

A Lei nº 11.346 de 15 de setembro de 2006, chamada de LOSAN (Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional). Existe também a Emenda Constitucional 064/2010 que garante o direito humano à alimentação.

Acompanham a articulação desta política pública

CONSEA - Conselho Nacional de Segurança Alimentar, que ajuda o presidente do país no desenvolvimento de políticas públicas de combate à fome;

CAISAN - Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional, que promove a articulação e a integração dos órgãos e entidades da administração pública federal relacionados à alimentação;

PNSAN - Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, que elabora o Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional.

O desperdício de alimentos

Os alimentos são desperdiçados de várias formas: pela produção em excesso, ao caírem dos caminhões durante o transporte, ficando em estoque... Entretanto, boa parte do desperdício ocorre exatamente onde o alimento deveria ser aproveitado: na cozinha. O descarte de cascas, sementes e raízes que poderiam ser usadas em diversas receitas é um exemplo de como jogamos na lixeira o que deveria estar no prato.

A alimentação sustentável combate este processo, por meio do aproveitamento integral, do planejamento na hora de ir às compras e da conservação.

Menos lixo acumulado, menos dinheiro gasto em vão e melhor distribuição de mantimentos. Tudo isso com pequenas mudanças no dia.

Diversos nutrientes estão presentes em partes geralmente descartadas dos alimentos, como sementes e cascas, entrecascas, folhas e talos.

Muitas pessoas perdem a oportunidade de produzir pratos deliciosos e saudáveis, causando acúmulo de lixo orgânico e desperdício de mantimentos que poderiam estar nos pratos de muitos brasileiros. O aproveitamento integral consiste em pequenas mudanças no cotidiano que fazem um grande bem para o indivíduo, para o meio ambiente e para a sociedade como um todo, através do consumo sustentável. Afinal, em uma boa cozinha nada é desperdiçado.

