



No dia 20 de janeiro , realizou-se o 2º encontro para **Capacitação** continuada dos **Agentes Comunitários e de Saúde** do Município de São Luiz do Paraitinga.

No encontro o tema abordado foi **“Alimentos in natura e ultraprocessados”**.

Os participante puderam saber o que são, quais as diferenças e impactos para a nossa saúde e ainda como é possível identificar características do processamento de um produto através de sua rotulagem.

Houve ainda palestra sobre **fisiologia**, ministrada pela nutricionista Giorgia Russo, participante da rede colaborativa-Serafim , convidada pelo Projeto **Conexão Mata Atlântica**, que ofereceu elementos de identificação do processo digestivo, seus órgãos, funções, e doenças mais comuns ligadas a esse sistema.

Além disso, os participantes foram convidados para dinâmicas em grupo, como estímulo aos **trabalhos em equipe**.

Em todos os encontros os agentes promoverão práticas de **consciência corporal**, que além da alimentação saudável fazem parte das metas de autoconhecimento e saúde , que interiorizadas, servirão como base para multiplicação de saberes com as **famílias** assistidas pelo município.

O próximo encontro tratará do tema **“Cozinhar!”**. O aprendizado será através da prática da culinária saudável e econômica , para o dia a dia , com alimentos **orgânicos**, valorizando a produção local.

Apoio:



Realização:



FUNDAÇÃO FLORESTAL



Secretaria de Infraestrutura e Meio Ambiente | Secretaria de Agricultura e Abastecimento