Semdes realiza oficina sobre plantas não convencionais no Cras Nossa Senhora Aparecida

Date : 15-03-2024

Além de aprender sobre as Pancs o grupo pode preparar um bolo de Capim-santo

A Secretaria Municipal de Desenvolvimento Social (Semdes), por meio da Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional (Cosan) e do Cras Nossa Senhora Aparecida, promoveu uma oficina sobre plantas alimentícias não convencionais para o grupo Internacional do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos do Cras.

Na tarde dessa quinta-feira (14), os usuários do Cras conheceram as Plantas Alimentícias não Convencionais ou Pancs, como são conhecidas, e algumas receitas que podem ser realizadas com elas. As Pancs, como o nome sugere, são plantas que apesar de pouco consumidas, representam um universo de possibilidades na cozinha.

De acordo com a coordenadora de Segurança Alimentar e Nutricional, Karine Barros, as Pancs são uma excelente alternativa alimentar que muitas vezes estão fora do conhecimento da população. “Essas plantas são ótimas opções para uma alimentação saudável. Como muitas vezes elas são descartadas, estamos apresentando às pessoas um alimento que pode ser uma nova fonte de renda”, destacou.

Karine

Bolo de Capim-santo feito pelo grupo com a ajuda da nutricionista

A oficina é realizada em articulação com a Secretaria Municipal de Saúde (SMS). A nutricionista da SMS, Flávia Chaves, foi responsável por conduzir o preparo da receita. Ela explicou que primeiro foi realizado um ciclo de oficinas com receitas utilizando Ora-pro-nóbis e agora a planta escolhida foi o Capim-santo. “Queremos mostrar para essas pessoas que é possível utilizar essas plantas em receitas saborosas e nutritivas. Hoje fizemos um bolo de Capim-santo que é simples e saboroso”, pontuou Flávia.

Flávia

Marli

Iracema

A gerente do Cras Nossa Senhora Aparecida, Marli Cruz, explicou que essas ações ajudam no fortalecimento dos vínculos comunitários e aproximam as pessoas atendidas pela unidade. “Este é um grupo intergeracional, e essa dinâmica permite que as pessoas se relacionem e troquem experiências. Quando vejo a felicidade das pessoas que acompanhamos eu percebo a importância dessas atividades”, destacou Marli.

Iracema Oliveira, moradora do bairro Nossa Senhora Aparecida, foi uma das escolhidas para ajudar no preparo da receita. “Aqui nós trocamos conhecimento. Eu aprendi, mas também ensinei muitas coisas que sei sobre cozinhar. Acho que é sempre importante aprender coisas novas sobre alimentação, especialmente quando isso pode ajudar na nossa saúde”, relatou.

PANCS: PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS

Damare
INTEGRAL