

# Município sensibiliza para o consumo de peixe

| Mariana Martinho |

O programa “Peixe: um mar de benefícios”, que pretende sensibilizar a população para o consumo de peixe, e educar a mesma para a aquisição de hábitos alimentares saudáveis, foi apresentado oficialmente na passada segunda-feira, na Casa da Música, em Óbidos, no âmbito do “Dia Europeu da Alimentação e Cozinha Saudáveis”.

O projeto, que surgiu através de “um desafio lançado pela empresa Moço do Peixe”, será desenvolvido pelo Serviço de Nutrição do município, que aposta “numa agenda de e para a comunidade, com base num dos temas desafiantes e com necessidade de uma maior intervenção”.

De acordo com a vereadora do município com o pelouro da saúde e bem-estar, Margarida Reis, “este tema foi escolhido pelo facto de percebermos que no concelho se verifica uma maior rejeição ao consumo de peixe, tendo por base os benefícios que dele advêm”, por isso, “lançamos este programa para sensibilizar para a importância do consumo de peixe tanto nas crianças, como nos idosos através do Centro Melhor Idade, bem como continuar a educar a população para a aquisição de hábitos alimentares saudáveis”.

Desta forma, o conceito de promoção da saúde e bem-estar em Óbidos “ganha particular expressão

com este programa alimentar que favorece um estilo de vida mais saudável, prevalecendo a preocupação com a obesidade infantil”.

Igualmente referiu que este projeto tem “um vínculo gastronómico centrado num produto genuíno do nosso território, pretendendo-se potenciar a qualidade de uma degustação saudável, como comer peixe em casa, nos refeitórios e restaurantes, confeccionar refeições, dinamizar workshops e ainda participar em eventos”.

Para a vereadora, “abre-se aqui um espaço para uma alimentação igualmente saborosa e diversificada, mas menos processada e amiga da nossa saúde”.

Paralelamente, a iniciativa irá potenciar as boas práticas na redução do desperdício alimentar, tendo por base uma produção sustentável para um consumo razoável, sendo “uma questão que tem de ser encarada de outra forma”.

O projeto é direcionado para as escolas, jardins de infância, idosos do progra-

ma “Melhor Idade”, freguesias do concelho e também a comunidade em geral.

No que diz respeito às escolas e jardins de infância, o “Peixe: um mar de benefícios” propõe um jogo do peixe, sessões de educação alimentar e ateliê de gastronomia júnior, onde são confeccionadas receitas alusivas ao tema. Já na comunidade, o programa vai promover as conversas à volta do peixe, com a academia sénior, atividades didáticas com o programa “Melhor Idade” e showcookings inseridos na iniciativa “Living Streets”, que vai decorrer na vila de 3 a 6 de junho de 2021.

Para o vice-presidente da Câmara Municipal, José Pereira, “a questão da saúde e da alimentação é algo que nos preocupa e queremos mudar, não só na comunidade escolar, mas também na restante comunidade”.

Presente na apresentação do projeto também esteve a docente da ESTM - Escola Superior de Turismo e Tecnologia do Mar, Patrícia Borges, que falou sobre a



Entidades na apresentação do projeto



Na apresentação foram oferecidos produtos à base de peixe

sustentabilidade do pescado e as espécies que não se devem consumir, sobretudo

no meio escolar, como por exemplo o salmão, o bacalhau ou os produtos proces-

sados, que “normalmente estão associados a diversas problemáticas”.



ID: 89587897

11-11-2020

Pub

**Estado de serenidade decretado.**

Especialistas em seguros.  
lxqb.pt

**JORNAL DAS CALDAS**

28 ANOS

**SEMANÁRIO DA REGIÃO OESTE**

CALDAS DA RAINHA • ÓBIDOS • BOMBARRAL • CADAVAL • PENICHE

N.º 1488 • 11 de novembro de 2020 • Ano XXVII Preço: € 0,90 • Diretora: Clara Bernardino • Assinatura Anual: Portugal €25, Europa €69, Resto do Mundo €89  
www.jornaldascaldas.com • e-mail: info@jornaldascaldas.com / redacao@jornaldascaldas.com • Tel: 262 180 185 / 968 422 144

Autógrafeado pelas CTT a circular em invólucro  
fechado de plástico. Aut. nº 05/0002/2020/ME  
Pode abrir-se para verificação postal

2020-216  
CALDAS DA RAINHA  
TXMA-PIGA

**ÓBIDOS**

**SENSIBILIZAÇÃO PARA O CONSUMO DE PEIXE** P.17

**PENICHE**

**PAI E MADRASTA ACUSADOS DE HOMICÍDIO** P.7

**BOMBARRAL**

**MORREU DECANO DO JORNALISMO REGIONAL** P.22

**CADAVAL**

**TRADICIONAL FEIRA DOS PINHÕES CANCELADA** P.21

**CALDAS ESCAPA À NOVA LIMITAÇÃO DE CIRCULAÇÃO**

Mais de 240 casos de Covid-19 por cem mil habitantes nos últimos catorze dias dão entrada na lista dos concelhos de risco elevado

**DEZ MORTES NO OESTE NUMA SEMANA** P.3

**992 INFETADOS NA REGIÃO** P.3

**DOENTES COVID ENCHEM CENTRO HOSPITALAR DO OESTE** P.4



**ÁRVORE E LUZES DE NATAL INCENTIVAM COMPRAS NO COMÉRCIO** P.13

**FICA EM LIBERDADE APÓS CARJACKING**

P.7

**MAIS PEDIDOS DE AJUDA ALIMENTAR**

P.15

**LAVAREDA DRUMS**  
INSTRUMENTOS MUSICAIS

**VISITA-NOS:**  
Rua do Montepio, 1º B 2500-253 Caldas da Rainha  
Tel: 262 844 094 Tlm: 916 934 961  
E-mail: lavaredadrums@gmail.com  
www.lavaredadrums.pt

**REGRESSO ÀS AULAS**

AS MELHORES MARCAS, AOS MELHORES PREÇOS! VEM CONHECER A NOSSA LOJA

**AULAS DE MÚSICA INSCRIÇÕES ABERTAS**

GUITARRA | BAIXO | BATERIA | PIANO | ACORDEÃO | VOZ/CANTO