



Dia Mundial do Meio Ambiente

No dia 5 de junho foi comemorado o Dia Mundial do Meio Ambiente, com o objetivo de incentivar a atenção e ação política da população e dos países, a fim de aumentar a conscientização e a preservação ambiental.

Sustentabilidade Alimentar e Trabalhador



O aproveitamento integral dos alimentos é um dos pilares da alimentação sustentável, pautando-se na educação alimentar, para redução do desperdício e de resíduos provenientes da preparação, proporcionando benefícios ao trabalhador, promovendo qualidade de vida.

Utilizar o alimento em sua totalidade significa mais que economia. Implica na utilização dos recursos disponíveis sem desperdícios, reciclar, respeitar o meio ambiente e alimentar-se com prazer e dignidade!

Sustentabilidade! Você sabe o que é?

O conceito de Sustentabilidade fundamenta-se no desenvolvimento capaz de satisfazer a presente geração sem comprometer as futuras gerações de suprirem suas próprias necessidades.

Alimentação Sustentável! Vamos praticar esta ideia?

O desconhecimento das propriedades nutritivas dos alimentos, assim como o seu não aproveitamento, é responsável por toneladas de gêneros alimentícios desperdiçados diariamente.

Aproveitar o máximo dos alimentos, gerando o mínimo de resíduos é considerado um método de melhor utilização do alimento, uma vez que existem grandes quantidades de vitaminas, minerais e fibras nas partes consideradas pela população como impróprias ao consumo, como folhas, cascas, talos e sementes. Assim sendo, inúmeros são os alimentos que podem ser utilizados em sua totalidade, ganhando grande destaque, as frutas, as verduras e os legumes.



Sugestão de vídeo: Desperdício de comida



Este vídeo é uma publicação da revista Galileu sobre o desperdício de alimentos desde a colheita até a mesa dos consumidores.

Está disponível no link: <http://www.ideiasnamesa.unb.br/index.php?r=bibliotecaIdeias/view&id=36>

Compostagem: um destino para o lixo orgânico

A compostagem classifica-se como um processo natural onde resíduos orgânicos passam por um processo de transformação biológica e tornam-se fertilizantes orgânicos. Neste processo ocorre a decomposição da matéria orgânica presente em restos de origem animal ou vegetal, gerando como produto final, um composto orgânico que pode ser utilizado no solo para melhorar suas características sem ocasionar danos ao meio ambiente.



Gerenciamento de Coleta de Resíduo Extraordinário, Infectante e Reciclável

O Departamento de Gestão Ambiental comanda a central de saneamento e outros seguimentos da área. Existe uma parceria com o restaurante da Ensp, de onde há o recolhimento de embalagem Tetra Pak® (longa vida), papelão e vidro. No entanto, a ideia é atingir todos os restaurantes do campus Manguinhos, já havendo

conscientização das Unidades de Alimentação a respeito do descarte de resíduos.

Em relação à compostagem de alimentos, não há a possibilidade de realização do processo, uma vez que a mesma requer maior rigorosidade de controle, o que o local não suporta.

Horta orgânica caseira

Cultivar uma horta orgânica é uma excelente opção para manter o bem-estar e a saúde da família, a qual irá consumir alimentos saudáveis e livres de agrotóxicos, além de auxiliar na preservação do meio ambiente, que não receberá produtos químicos e terá seus recursos explorados de modo sustentável!



Ecoponto: você conhece?

O Ecoponto é um ambiente existente aqui na Fiocruz disponibilizado para o recebimento de óleo de cozinha já utilizado, que deve se encontrar em temperatura ambiente e armazenado em recipientes adequados, como por exemplo, garrafas de refrigerantes. Além disso, o espaço recebe também pilhas e baterias, papel/papelão, plástico, metal, vidro, embalagens longa vida (Tetra Pak), brinquedos e livros. A coleta objetiva a conscientização a respeito das questões socioambientais, oferecendo conforto aos indivíduos que participem da ação.

Contribuindo ainda mais para este processo, a central fornece uma muda de planta a quem entrega no local, óleo de cozinha!

Localiza-se na Central de Saneamento do Campus Manguinhos e funciona de segunda à sexta, das 7h às 17h.

A coleta de óleo dos restaurantes da Instituição é realizada quinzenalmente, ou de acordo com a demanda dessas, sendo encaminhada à cooperativa COOPAMA, a qual fornece bobonas para o seu recolhimento, relata Marianna Duarte Aves, Técnica em Meio Ambiente e integrante da equipe Gestão Ambiental.

Cantinho saudável

REQUEIJÃO DE TALOS

Na feira do Fiocruz Saudável, uma das atrações do Aniversário de 114 anos da Fiocruz, preparamos uma receita sustentável, a qual utilizamos integralmente o alimento, uma receita super nutritiva e saudável: requeijão de talos de couve, uma excelente opção para trazer ao trabalho e ser adotada no dia-a-dia!

Assim como combinado está aí a receita!

Ingredientes:

- 1 colher (sopa) de cebola
- 1 dente de alho
- 2 colheres (sopa) de azeite

- 1 xícara (chá) de talo de couve e agrião
- 2 xícaras (chá) de vinagre
- 3 xícaras (chá) de leite
- 1 colher de café de açúcar
- 1 colher (sopa) de manteiga
- Sal a gosto

Modo de Preparo:

Doure a cebola e o alho no azeite e refogue os talos de couve e agrião. Reserve. Junte o vinagre ao leite fervido e gelado e deixe coilhar. Coe a coalhada com uma peneira, em seguida leve ao liquidificador com a manteiga, sal e açúcar.



Bata até ficar cremoso. Acrescente os talos refogados e misture. Sirva com torradas.

Dica: Salpique salsa e cebolinha sobre o requeijão.

*Podem ser utilizados talos de espinafre e brócolis para esta preparação.