



# AÇÕES RELATIVAS À EDUCAÇÃO ALIMENTAR

## *(Depto. de nutrição)*

### Atendimento Nutricional

O atendimento nutricional inclui avaliação nutricional completa, a qual fornece a base para o diagnóstico nutricional e estabelecimento de metas. Após o atendimento, será elaborado um plano alimentar personalizado.

### Oficinas Culinárias

As oficinas culinárias consistem em elaborar e desenvolver receitas práticas e nutritivas, com explicação dos benefícios nutricionais dos alimentos envolvidos.



# AÇÕES RELATIVAS À EDUCAÇÃO ALIMENTAR (*Depto. de nutrição*)

## **Palestras Educativas**

As palestras educativas são elaboradas de acordo com o perfil do público-alvo com temas variados (reeducação alimentar, nutrição e diabetes, nutrição e hipertensão, nutrição e obesidade, etc.), podem ser realizadas nas escolas ou em grupos fechados de 3 a 12 pessoas, estes são realizados na própria sede do NDH. As palestras são organizadas de acordo com a faixa etária do público.

## **Treinamento de Manipuladores de Alimentos**

O Departamento de Nutrição do NDH também oferece treinamentos para manipuladores de alimentos, higienização de frutas e hortaliças, armazenamento de gêneros perecíveis e não perecíveis.



# AÇÕES RELATIVAS À EDUCAÇÃO ALIMENTAR (*Depto. de nutrição*)

## Elaboração de Cardápios

Elaboramos cardápios semanais, quinzenais ou mensais, visando uma alimentação equilibrada e saudável.



## Elaboração de Fichas Técnicas

Elaboramos fichas técnicas das preparações envolvidas no cardápio da escola com informações detalhadas sobre as receitas das mesmas de modo que as torne reprodutíveis e evite desperdícios.

**Nathalia Assunção**, nutricionista, formada pela Universidade de São Paulo (CRN-3 29737). Atualmente realiza atendimento nutricional personalizado em consultório e faz projetos direcionados para educação e orientação alimentar, entre os quais: palestras educativas e oficinas culinárias para empresas e escolas.



# OBRIGADA PELA ATENÇÃO!

