



BOM PRINCÍPIO - RS

## **Roda de conversa sobre alimentação envolve grupo de mulheres no Vale das Flores**

---

Secretarias: Saúde e Assistência Social

Data de Publicação: 22 de maio de 2025

Em um clima descontraído e cheio de aprendizado, mulheres da comunidade Vale das Flores participaram de um encontro voltado à alimentação e saúde. A iniciativa teve como objetivo aproximar o tema da nutrição do dia a dia das participantes, por meio de uma troca leve, participativa e enriquecedora, sob a orientação da nutricionista Mykaella Vitória Barbosa.

Como foi o primeiro contato com o grupo, a atividade foi pensada de forma dinâmica e interativa. A nutricionista levou cartas com perguntas e afirmações relacionadas a hábitos alimentares, consumo de água, preferências culinárias, uso de temperos e cuidados com o sal. A cada rodada, uma participante lia uma carta e o grupo debatia o tema proposto, criando um verdadeiro círculo de conversa e reflexão coletiva.

"Foi uma experiência muito bacana. Elas são extremamente participativas, inteligentes e engajadas. Mesmo sem um foco específico, conseguimos falar de vários pontos importantes da alimentação, sempre com o olhar voltado à prevenção de doenças como diabetes e colesterol, e à importância de manter hábitos saudáveis no dia a dia", destacou Mykaella.

Além da nutricionista, também participaram do encontro a enfermeira Caroline Ledur, as agentes comunitárias Regiane dos Santos, Suely Reuse e Veranice Griebler, além da auxiliar de dentista Marcela Alles. A expectativa é de que novos encontros aconteçam em breve, ampliando o diálogo e aprofundando temas relacionados ao bem-estar e à qualidade de vida.