

# **Voluntárias Sociais da Bahia promovem oficina e ensinam catadores a preparar refeições saudáveis com alimentos simples e acessíveis**

Notícias

03/09/2025

Garantir o direito à alimentação saudável vai muito além de levar comida à mesa: envolve conhecimento, criatividade e o aproveitamento inteligente dos alimentos. Com esse propósito, as Voluntárias Sociais da Bahia (VSBA), em parceria com o Centro de Arte e Meio Ambiente (CAMA), realizaram nesta terça-feira (2) uma oficina prática voltada para catadores e catadoras de materiais recicláveis autônomos. A ação aconteceu na cozinha comunitária do CAMA, que fica no Espaço Cultural Alagados, no bairro do Uruguai, em Salvador, local escolhido para promover aprendizado coletivo e troca de experiências.

O encontro teve como objetivo oferecer estratégias práticas para enfrentar a insegurança alimentar e nutricional, mostrando como utilizar verduras e hortaliças já disponíveis em casa para preparar refeições equilibradas, saudáveis e acessíveis. “Às vezes a gente acha que comer bem é caro, mas aqui eu aprendi que dá para aproveitar tudo e fazer pratos gostosos sem gastar muito”, contou a catadora Railda Sales, que participou da atividade.

Segundo a diretora operacional da VSBA, Sônia Rocha, a oficina busca ensinar soluções simples que podem transformar a rotina alimentar. “Queremos mostrar que, mesmo com poucos recursos, é possível manter uma alimentação saudável, aproveitando cada alimento e evitando desperdícios”, destacou.

Para a coordenadora-geral do CAMA, Cristiane Lopes, a proposta vai além do pregar das receitas. “É uma ação que fortalece o direito humano à alimentação adequada, respeitando a cultura alimentar local e incentivando práticas que valorizem a saúde e a sustentabilidade”, afirmou.

- [Imprimir](#)
- [PDF](#)
- [Voltar](#)
- [Início](#)