

OIE,

**SOU A
ANA RITA**



Ana Rita Barros Cohen

Introdução

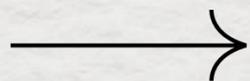
- CEO e Founder - Selo CSR (Cozinhas Saudáveis-Responsáveis)
- Especialista em alimentação saudável e gastronomia responsável, Sustainable Kitchens Governance
- Founder Institute - Summer 22- SP
- Partner - Advisor na Food Chains Ventures
- Autora - Série e-books - alimentação saudável & autoconhecimento e, Restaurantes sustentáveis
- Coordenadora do GT Alimentação Consciente na ABRAPS
- 30 + anos de experiência, últimos 16 no setor de restaurantes
- Formação: Artes (FAAP), Artes Culinárias (ICE,NY) Alimentação saudável (Natural Gourmet Inst.- NY), Desenvolvimento Sustentável (Jeffrey Sachs- Columbia University, NY), Plant Based Nutrition (E-cornell, NY), EIIS (European Institute for Innovation & Sustainability (Food &Sustainability))
- Articulista - Hoteliernews (Circular Food)

MINHA HISTÓRIA

1

Ligadíssima na comida que faz bem, sempre quis saber porque ela faz bem. No celebrar do alimento e o alimento como cura.

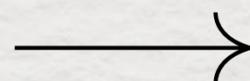
Cresci assim, percebendo a relação do alimento com o corpo, natureza e espírito



2

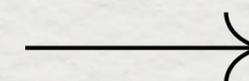
Curiosa, busquei estudar de tudo o que me chamava atenção. Das artes para a arte da culinária e saúde, da comida à espiritualidade.

Tudo o que estudei (e estudo) pavimentou o meu caminho de vida pessoal e profissional



3

Passei muitos anos fora do Brasil (20!) o que me mostrou a importância de conectar com o mundo, ter visão Global, mas sempre cultivando o meu EU, através do autoconhecimento





1. QUE SEJA INTEGRAL (COM TODAS AS PARTES),
2. QUE SEJA FRESCO,
3. SAZONAL
4. LOCAL
5. EM HARMONIA COM A NOSSA ANCESTRALIDADE,
6. EQUILIBRADA,
7. QUE SEJA DELICIOSO!!



7 PILARES DA ALIMENTAÇÃO



MEU 1º EMPREENDIMENTO

ANA RITA COHEN

**BREAD
FOOD &
GOODTIME**

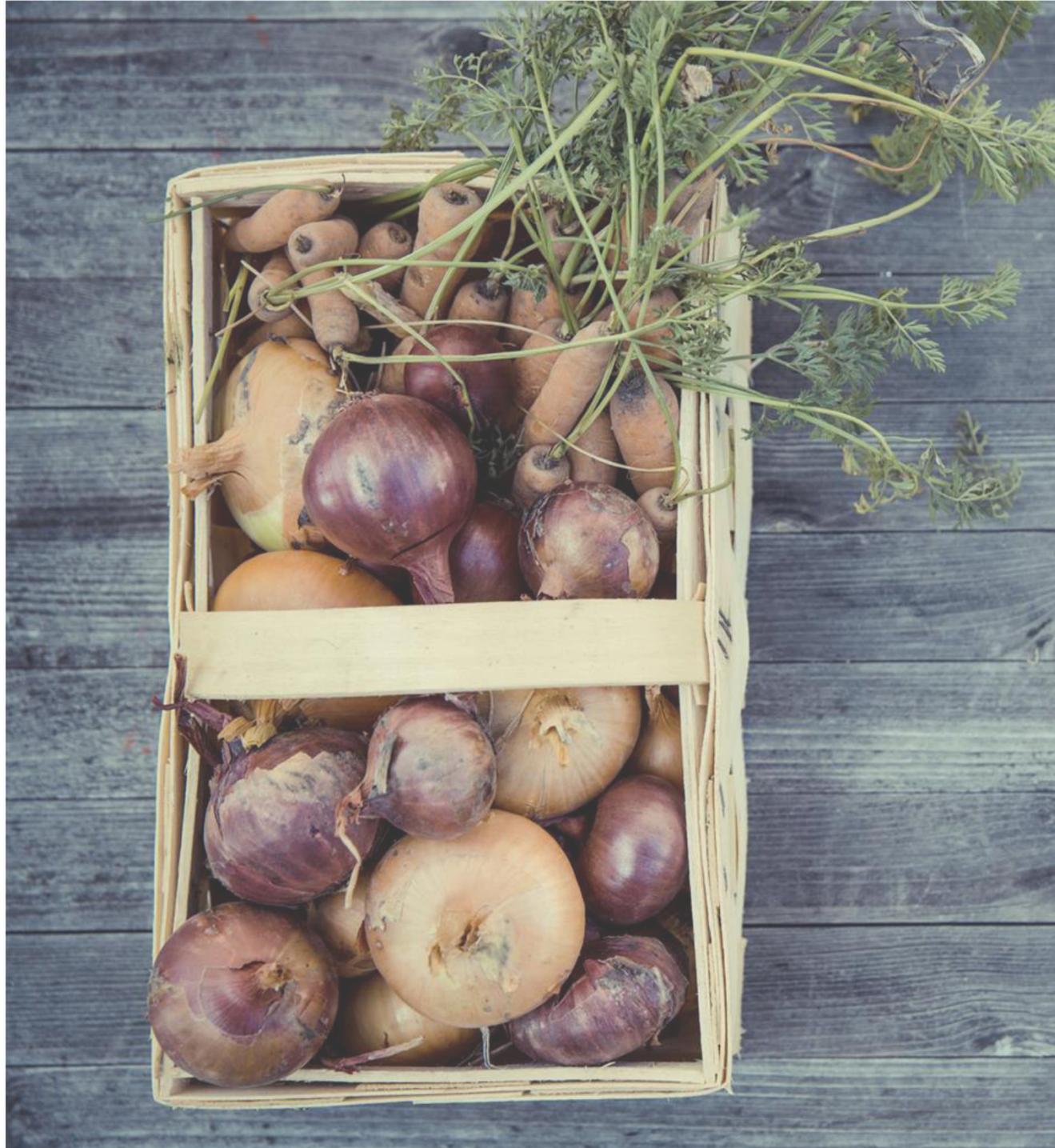
**FLORIANÓPOLIS
COOKING SCHOOL & ETC.**

COZINHA SAUDÁVEL-RESPONSÁVEL



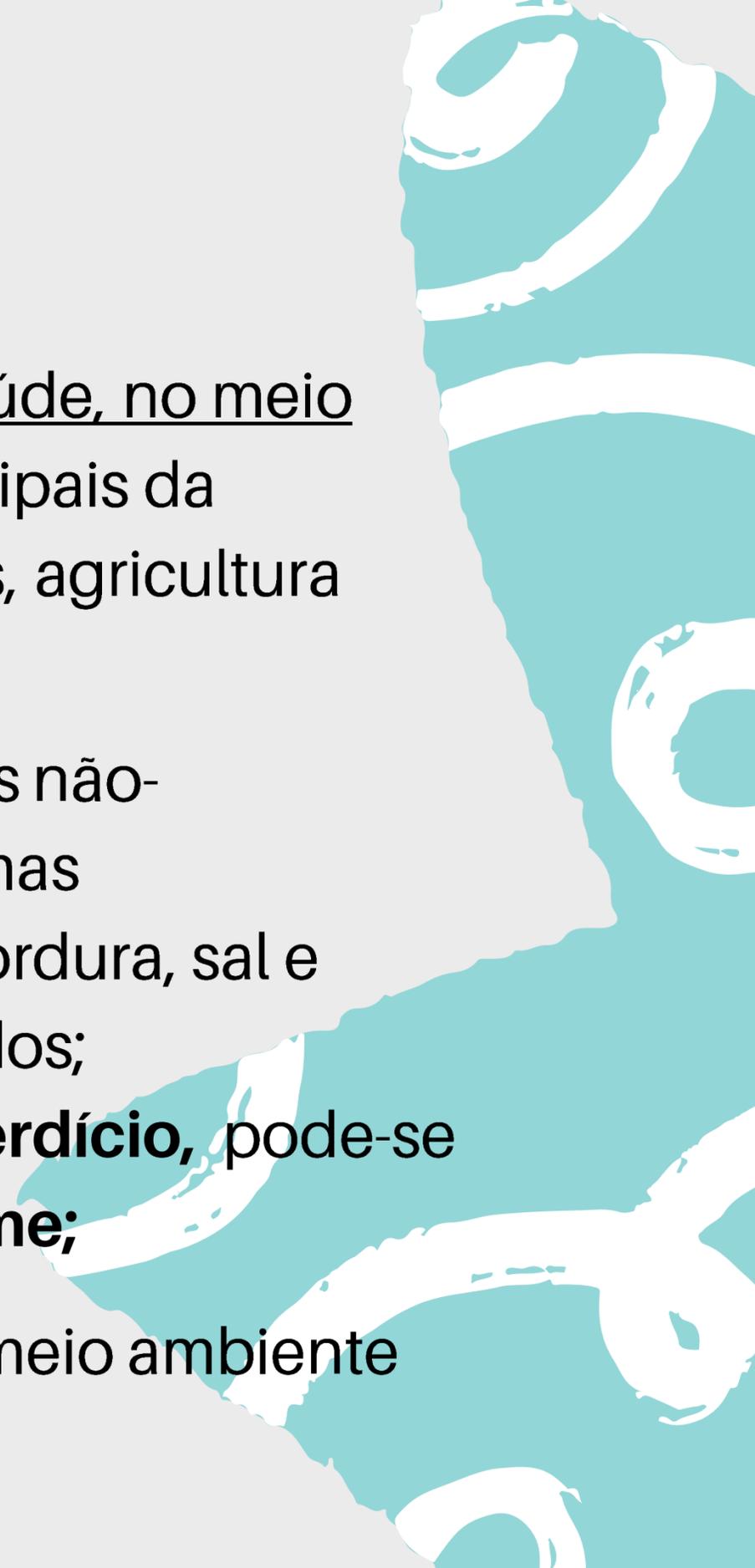
MEU 2º EMPREENHIMENTO





POR QUE RESTAURANTES?

- **Escolha dos alimentos/produtos:** impacta diretamente na saúde, no meio ambiente e, no sistema alimentar - que é uma das causas principais da mudança climática, o desflorestamento, depredação dos solos, agricultura industrial, poluição das águas, perda da biodiversidade;
- **Alimentação consciente é emergente** - redução das doenças não-transmissíveis: sobrepeso, obesidade, diabetes tipo 2, problemas cardiovasculares, ultraprocessados, embutidos, excesso de gordura, sal e açúcar, aditivos químicos, agrotóxicos, produtos industrializados;
- **Aproveitamento total** dos alimentos = além de evitar o **desperdício**, pode-se criar mil maneiras de contribuir para reduzir o problema da **fome**;
- **Resíduos** - separação e destino corretos contribuindo para o meio ambiente



Segundo dados de Organizações Não Governamentais que trabalham com reciclagem, o lixo mais comum nas cidades é o **orgânico**, que corresponde a **cerca de 52%** de todo o montante de resíduos que chegam nos aterros sanitários.



Esses deveriam estar sendo compostados obrigatoriamente

No Brasil, 33 milhões de toneladas de lixo tiveram destinação inadequada em 2023 (ABREMA).

Restaurantes, bares, hotéis e afins são grandes geradores de "lixo".





FRAMEWORK 5 RS

1. Respeitar
2. Repensar
3. Reorganizar
4. Resignificar a cozinha
5. Reciclar



Go
Mama



RESTAURANTE
Badebec
1996 2001
"GOOD FOOD"



Porto
RESTAURANTE

RESTAURANTE
CENTRAL



PARCEIROS



Food Chains Ventures

- **Founder Institute Brazil & Portugal,**
- **Food Chains Ventures**
- **ABRAPS** - Associação Brasileira dos Profissionais pelo Desenvolvimento Sustentável



instagram:

<https://www.instagram.com/selocsr/>

Linkedin:

<https://www.linkedin.com/in/anarita-barroscohen/>

