


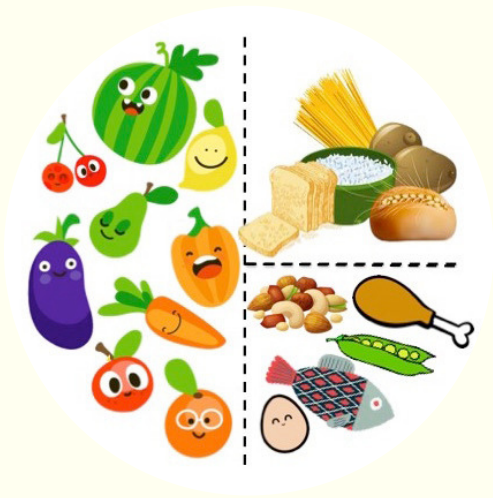
Abril 2017



Charlas alimentación saudable

CEIP O COTO

Charlas alimentación saudable



Obxectivos

- Fomentar e promocionar unha alimentación saudable.
- Concienciar e axudar aos escolares a practicar uns hábitos alimentarios axeitados.
- Potenciar a práctica de actividade física.
- Dar a coñecer novos métodos de educación alimentaria (método do prato).
- Motivar aos escolares a que leven a cabo o aprendido na charla no seu día a día.

Presentación

Somos Iria Barbosa e Alicia Rivas, Dietistas-Nutricionistas graduadas pola Universidade de Santiago de Compostela

Xustificación

Levar a cabo uns hábitos de alimentación adecuados está relacionado directamente coa prevención e mellora da saúde. É importante a súa promoción e fomento na poboación infantil e xuvenil para favorecer un correcto crecemento e contribuír na prevención de enfermidades da etapa adulta.