

## NUTRICIÓN E ACTIVIDADE FÍSICA NA IDADE ESCOLAR

154630

**Lugar de celebración:** Salón de actos do Centro Sociocultural do Concello de Alfoz.

**Data:** 20 de abril de 2015.

**Horario:** 16:30 – 20:30 horas.

### Obxectivos:

- Fomentar e concienciar sobre a importancia de practicar hábitos saudables, no alumnado e as súas familias.
- Mellorar a calidade de vida contribuíndo á prevención de enfermidades.

### Programa:

- ✓ Papel dos hábitos alimentarios no crecemento e desenvolvemento, na saúde e na prevención da enfermidade.
- ✓ Recomendacións para unha alimentación saudable.
- ✓ Papel da actividade física no desenvolvemento corporal e na saúde.
- ✓ Recomendacións actuais da actividade física.

### Profesorado:

- **Dña. Ana Martínez Lorente.** Técnico do Servizo de Estilos de Vida Saudables e Educación para a Saúde da Consellería de Sanidade.
- **Paula Sabela Rodríguez González del Blanco.** Médico especialista en medicina preventiva.

**Dirixido a:** familiares dos alumnos de primaria e secundaria, cidadáns en xeral.

### Programadora:

Ana Martínez Lorente.

### Nota:

Esta actividade non se considera formación continua para o persoal do Servizo Galego de Saúde.