dilluns, 21 de maig de 2018

L' ALIMENTACIÓ SALUDABLE EN L' ETAPA ESCOLAR

L'alimentació saludable en l'etapa escolar

Objectiu: Presentar l'actualització i consens de les recomanacions d'alimentació saludable en l'etapa escolar (a partir dels 3 anys)

Parlarem d'aspectes clau...

- Disminuir aliments "poc saludables".
- Reduir carns vermelles i processades.
- Incrementar llegums i aliments integrals.
- Potenciar fruites i verdures, aliments estacionals i de proximitat.
- Reforçar el consum de làctics no ensucrats.
- Respectar la sensació de gana expressada per l'infant.
- Importància dels àpats en família.
- Participació de l'infant en el procés alimentari, família-escola
- Estratègies per a la reducció de malbaratament alimentari.

Dirigit a: Equips directius i responsables de menjadors de centres educatius, AMPAS, empreses de restauració que gestionen menjadors escolars, tècnics/ques municipals, professionals d'atenció primària, estudiants del grau de Nutrició Humana i Dietètica.

Dia: 24 de maig de 2018
Hora: de 16 a 17,30 hores
Lloc: Sala d'actes de la Facultat de Medicina de la Universitat de Lleida, carrer Montserrat Roig, 2 de Lleida
Durada: 1'30 h

Docents: Gemma Salvador i Maria Manera
Dietistes – Nutricionistes. Agència de Salut Pública de Catalunya.

Incripció: Enviar correu a promocio.lleida@gencat.cat indicant el nom, àmbit de treball, lloc de treball i adreça electrònica de contacte.

Generalitat de Catalunya