Figueres fomenta els bons hàbits alimentaris per evitar el sobrepès

Pomociona una alimentació normocalòrica i equilibrada, així com estils de vida saludables tant del nen com del seu entorn familiar



Els pilars són l´alimentació, l´exercici físic i les emocions.

EMPORDA.INFO

L´Ajuntament de Figueres ha posat en funcionament, coincidint amb l´inici del curs escolar, el programa ´Nens en moviment´. La iniciativa multidisciplinar està dirigida a tractar el sobrepès i l'obesitat infantil amb la promoció d´una alimentació normocalòrica i equilibrada, així com estils de vida saludables tant del nen com del seu entorn familiar.

Els pilars del programa són l'alimentació, l'exercici físic i les emocions.

Els centres d´atenció primària (CAP) tracten la part de les emocions i la nutrició i des del Servei d'Esports es durà a terme la part de promoció de l'hàbit de l'exercici físic a nivell general i mitjançant la pràctica de diferents disciplines esportives.

El programa va dirigit a nens i nenes de 3r, 4r i 5è de primària que podran venir derivats directament des dels CAP o bé es podran inscriure's directament al poliesportiu fins a completar les inscripcions previstes.

Font del document:
http://www.emporda.info/salut/2015/09/30/figueres-fomenta-bons-habits-alimentaris/286950.html?utm_source=rss