



XERRADA COL·LOQUI A CORNELLÀ DEL TERRI

Dijous 9 de febrer a les 17.00 h
A l'escola la Vall del Terri
(Oberta a tots els públics)

“ Costen el hàbits d'alimentació saludables? ”

Podem definir els hàbits d'alimentació com aquells adquirits al llarg de la vida que influeixen en la nostra alimentació. Portar una dieta equilibrada, variada i acompanyada d'exercici físic és la fórmula perfecta per a estar sans. Però com ho fem des de casa? Quines tècniques hi podem utilitzar? Com ho enfoquem?

Xerrada a càrrec de Mercè Roigé
Tècnica del Servei Local d'Orientació Familiar
Activitat gratuïta

Portal Web www.slofdiputaciogirona.cat

Per a més informació podeu adreçar-vos al telèfon:
tel. 972214343 o a merceslof@sersaonline.com
Tècnica del Servei Local d'Orientació Familiar

