

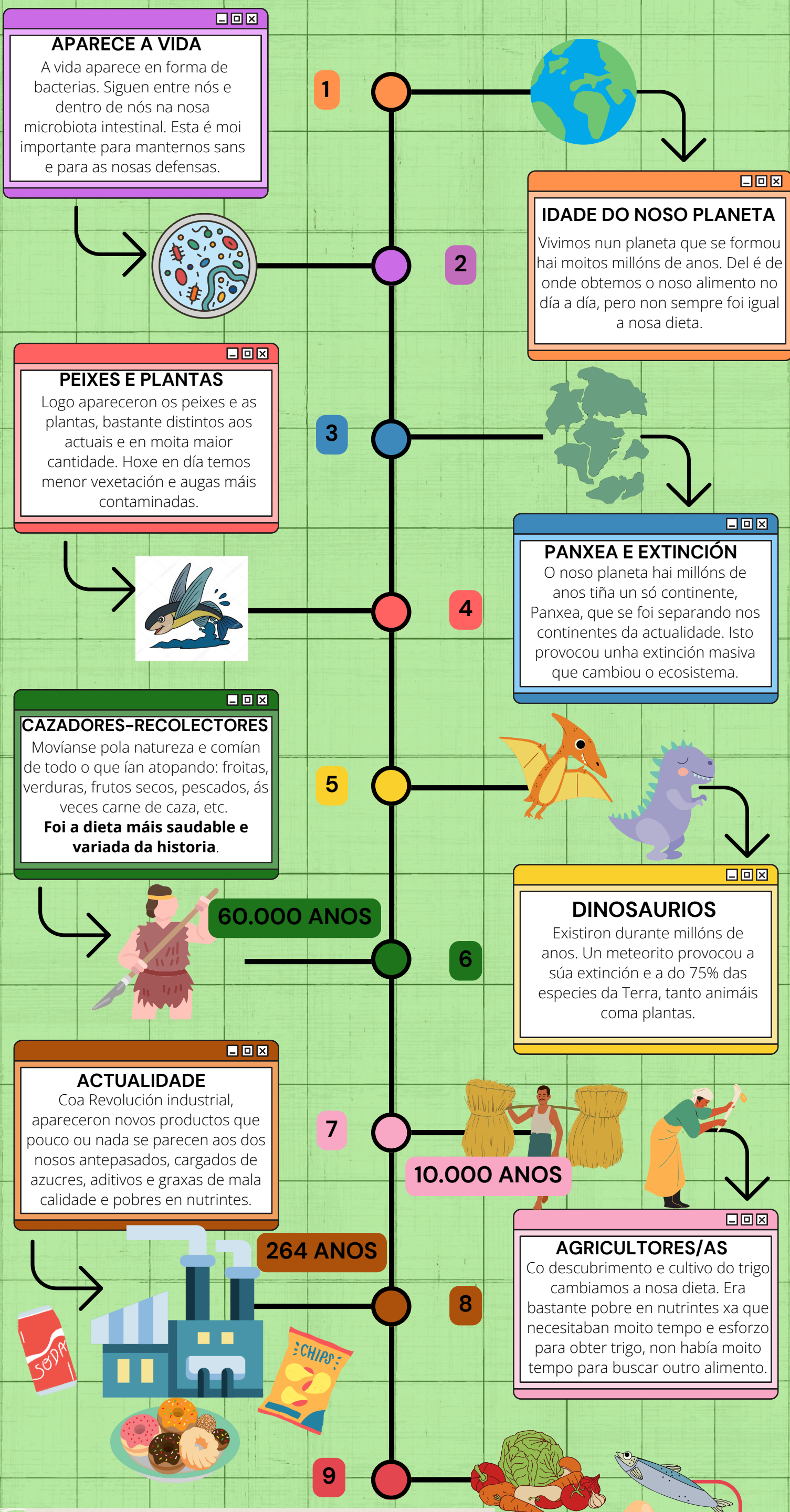
CEIP PLURILINGÜE BARRIÉ

DE LA MAZA 18/01/2024

Charla realizada por Gorette Tuñas Magalhaes, nutricionista de

Sana el hoy
vive el mañana

HISTORIA DA ALIMENTACIÓN



ACTIVIDADE//XOGO:

AFIANZAMOS OS COÑECEMENTOS DA CHARLA CO XOGO " DA TERRA-MAR-AIRE" E ADEMÁIS, COMO COMPLEMENTO, PROMOVEMOS O EXERCICIO FÍSICO CON DINÁMICAS DIVERTIDAS EN MOVEMENTO.

ALIMENTACIÓN SAUDABLE + EXERCICIO = SAÚDE

TERRA-MAR-AIRE
O noso corpo está máis acostumado á dieta dos cazadores-recolectores, que se baseou en alimentos que nos dá a terra, o mar ou o aire. Usaremos isto para orientarnos.