

Els centres educatius de Gironella impulsen un projecte transversal de salut i alimentació

El projecte pretén abordar activitats que generin conscienciació per assolir hàbits alimentaris i de salut física més saludables



Presentació del projecte transversal de salut i alimentació | Roger Simon

L'Ajuntament de Gironella ha presentat aquesta tarda el **projecte Health-G!**, un projecte transversal que tracta temes **d'alimentació i salut**, impulsat conjuntament amb les **Associacions de Famílies d'Alumnes (AFA)** dels centres d'educació del municipi i el **Centre d'Atenció Primària**.

La regidora d'Ensenyament, **Lurdes Roset**, explica que el projecte va néixer durant el curs passat amb la intenció de **fomentar l'alimentació saludable en infants i adolescents**. Després de mesos de treball el projecte ha anat evolucionant convertint-se en un projecte transversal obert a tota la població en general. Per fer-lo possible, també s'hi impliquen **comerços d'alimentació del municipi i explotacions agrícola-ramaderes del municipi i voltants**.

El projecte pretén abordar activitats que generin **conscienciació** per assolir **hàbits alimentaris i de salut física més saludables**, evitant sedentarismes i també alimentacions amb presència excessiva de greixos saturats o sucres.

El tret de sortida es donarà el pròxim **dijous, 7 d'octubre**, amb la xerrada inaugural **Alimentació saludable per a xics i grans?**, i fins al mes de juny s'organitzaran diversos tallers pràctics, exposicions, caminades, concursos i visites a productors locals per donar a conèixer els **productes de proximitat**.

Roset ha explicat que per incentivar la **participació** s'han repartit **passaports** als alumnes dels centres d'educació primària del municipi. Cada cop que algun infant o familiar assisteixi a alguna de les activitats se'ls segellarà el passaport, i a la que n'obtinguin 3, se'ls entregarà un **petit obsequi per fomentar el consum responsable i sostenible?**.

A la presentació hi ha participat també l'alcalde del municipi, la regidora de Salut i la responsable del CAP de Gironella.

Esmorzars saludables

Xerrada. Alimentació saludable per a xics i grans.

Inscripcions a entradium.com
7 d'octubre - 18.00h - Espai Santa Eulàlia

Quant sucre consumim?

Enquesta sobre el consum de sucre i hàbits d'alimentació.

Com fer un esmorzar saludable.

Taller. Inscripcions a entradium.com
Casal Cívic "La Llar"

Concurs Instagram! Esmorzars saludables.

#healthGesmorzar



Octubre

Octubre

Octubre -
novembre

Novembre

Reduim el sucre

Productes de proximitat

Mostra de productes de proximitat a la Fira de la Puríssima
8 de desembre

Taller de gust

Inscripcions a entradium.com
Casal Cívic "La Llar"

Exposició "Menja bé tu hi guanyes"

Biblioteca de Gironella

Concurs Instagram! Dolços sense sucre.

#healthGsucre



Desembre

Gener

Gener - Febrer

Febrer-Març

Snacks saludables

Descobrim els horts del municipi

Caminada. 6 d'abril. Exclusiu centres educatius

Taller snacks saludables

Inscripcions a entradium.com

Concurs Instagram! Snacks saludables

#healthGsnack

Quant sucre consumim?

Enquesta sobre el consum de sucre i hàbits d'alimentació.



Abril

Maig

Maig - Juny

Juny

Visitem els productors locals!

Inscripcions a entradium.com

Octubre
Maig

Activitats Health-G!. Foto: Ajuntament de Gironella

