



Municipio:

ALCALÁ DE HENARES



Programa:

SALUD ESCOLAR "DESAYUNOS SALUDABLES"



Destinado a:

ESCOLARES DE 1º DE LA ESO



Objetivos:

- Promover la práctica de un desayuno adecuado y saludable
- Conocer las dificultades para realizar un desayuno adecuado
- Evaluar las conductas saludables en torno al desayuno

BREVE DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES O ACCIONES

Talleres para adolescentes de 1º de la ESO, para hacerles reflexionar sobre la importancia del desayuno como primera comida del día. También se les invita a rellenar un pequeño cuestionario que evalúa sus conductas en torno al desayuno, la actividad física y el descanso nocturno.