4ª Sesión Formativa Eco-Huerto Uja: "Alimentación Saludable y Consumo Responsable" (Andalucia Ecocampus)

Cartel 4ª Sesión Eco-Huerto
Tipo de evento
Curso/seminario o taller
Temática
Salud y Medio Ambiente
Fecha de inicio
16/03/2019 - 09:30
Fecha de fin
16/03/2019 - 13:00

Descripción:

La adecuada elección de los alimentos es vital para gozar de buena salud. Precisamos de una dieta variada que garantice el adecuado aporte nutritivo y al mismo tiempo debe ser conformada con alimentos locales y de temporada para aportar además una serie de beneficios hacia el medio ambiente (menor embalaje, menor costo ambiental de transporte,...) y hacia la sociedad (impulso de la economía local, fomento laboral a escala regional,...).

A lo largo de la jornada se darán a conocer los beneficios de la alimentación responsable, refiriéndose a una alimentación sana y respetuosa con el medio ambiente, medio rural y medio natural, conociendo además dinámicas y metodologíaspuestas en marcha con diferentes colectivos para sensibilizar a la población sobre la necesidad de cambiar hábitos de conducta y alimentación hacia otros más sanos y sostenibles.

Objetivos:

? Fomentar un estilo de vida saludable y un desarrollo rural sostenible.

? Potenciar la alimentación sana y responsable.

? Conocer metodologías y dinámicas participativas para estimular la alimentación saludable en casa y en el centro educativo.

? Fomentar la participación y acercamiento entre los miembros de la comunidad universitaria.

? Potenciar el Eco-huerto Universitario como espacio educativo, de integración, lúdico y de investigación.

Horario

De 09:30 a 13:00

Lugar

Campus "Las Lagunillas", Universidad de Jaén

Locate

37.788385, -3.777133

Enlaces relacionados

- Evento de la Sesión