Taller Ecohuerto "Alimentación Saludable"

Cartel Ecohuerto Taller Alimentación Saludable

Tipo de evento
Curso/seminario o taller
Temática
Salud y Medio Ambiente
Fecha de inicio
02/12/2023 - 09:30
Fecha de fin
02/12/2023 - 13:30

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 metodologías puestas 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.

Este taller forma parte de los contenidos del Curso FoCo Ecohuerto. Voluntariado ambiental I pero puede realizarse de forma independiente puesto que los talleres tienen entidad por sí solos pudiendose realizar de forma independiente.

Para participar en el mismo, tanto si ya estás inscrito en el curso FoCo como si no, debes inscribirte en el siguiente enlace:

https://eventos.ujaen.es/event_detail/107717/detail/taller-ecohuerto-alimentacion-saludable.html

Lugar

Aula 1 Edificio A4