Taller Huerto "Alimentación Saludable"

Cartel III Taller Alimentación Saludable

Tipo de evento
Curso/seminario o taller
Temática
Salud y Medio Ambiente
Fecha de inicio
13/12/2025 - 09:30
Fecha de fin
13/12/2025 - 13:30
Número de plazas
Hasta completar aforo

Tercer taller formativo en torno al Ecohuerto universitario. 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 sin necesitad de realizar todos los talleres que completan el curso.

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.

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,…).

Para participar en el mismo, si no formas parte del Curso Foco, debes comunicar tu interés en participar dirigiendo un email a aulaverde [arroba] ujaen [punto] es con copia a cea [punto] elacebuche [arroba] hotmail [punto] es

Lugar

Aula 1 Edificio A4