

JORNADAS DE HABITOS SALUDABLES 2015



HOY EN EL CENTRO SOCIAL UNIVERSITARIO

ACTIVIDADES:

- 09.30 h. Visita Guiada a los Huertos Eco-campus
- 13.15 h. Taller de movimiento para la salud “ Zumba con silla”
- 13.30 h. Taller de cocina saludable. Cómo preparar 4 ricos platos, rápidos sanos y que te ayudarán a dar lo máximo de ti en el los exámenes.
- 08.00 h - 12.00h Desayuno Saludable en la cafetería del CSU.
- 11.00 h a 14.00h Feria Informativa

Participan:

- Campus sostenible: Actividades de concienciación e información y entrega de plantas a los participantes, de chapas a los que usen el UNIBONO
- Servicio de Calidad Ambiental, Seguridad Alimentaria y Nutrición, realizará Estudios antropométricos e informará de buenos y malos hábitos a la hora de preparar exámenes.
- Asociación La Almajara de Alhama: Información sobre Agro-ecología.
- Atención a la diversidad y voluntariado: Información a través de videojuegos y otras actividades sobre la prevención e intervención para iniciar el proceso de abandono del tabaquismo.
- Hemodonación: Informará sobre los beneficios de donar sangre.
- Asociación ADANER: Informará sobre la anorexia y la bulimia nerviosa.

Habrà un detalle a cada participante y Sorteo entre todos de 10 baños en las piscinas Termalium del Balneario de Archena y dos partidas dobles de bolos, en la bolera Ozone del Tiro.