

POR UN OTOÑO SALUDABLE

ALIMENTACIÓN SANA Y EJERCICIO FÍSICO



POR UNA VIDA SANA...

...consume frutas y verduras, mejor de temporada

...haz ejercicio físico al menos 30 minutos diarios



AYUNTAMIENTO DE CORDOBA

Delegación de Fomento Comercial y Consumo
Delegación de Servicios Sociales
Delegación Especial de Educación y
Fomento de Actividades Recreativas



Instituto Municipal de Deportes
Córdoba



FEDERACION ESPAÑOLA DE
MUNICIPIOS Y PROVINCIAS



R·E·C·S
Red Española de Ciudades Saludables



GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES
E IGUALDAD

Programa. Otoño Saludable 2014. NOVIEMBRE

DIA 3 LUNES:

- **PARQUES BIOSALUDABLES**
 - FÁTIMA: De 8:15 a 9:15 h. y de 9:15 a 10:15 h.
 - ORIVE: De 9:00 a 10:00 h.

DIA 4 MARTES:

- **PARQUES BIOSALUDABLES**
 - VALLELLANO: De 9:15 a 10:15 h.
 - PARQUE CRUZ CONDE: de 9:15 a 10:15 h. y de 10:15 a 11:15
- **ESTUDIO DE VALORACIÓN NUTRICIONAL**
 - Participan Programa de Educación Permanente de Adultos. CEPER "Fuensanta". Junta de Andalucía
- **TALLER "EL DESCONOCIDO MUNDO DE LAS SETAS"**
 - I.E.S. "Villarrubia". De 9:30 a 11:00 h.
- **EDUCACIÓN VIAL Y DINAMIZACIÓN DEL USO URBANO DE LA BICICLETA**
 - Colegio Público "Elena Luque". De 10:00 a 13:00 h.

DIA 5 MIÉRCOLES:

- **PARQUES BIOSALUDABLES**
 - FÁTIMA: De 8:15 a 9:15 h. y de 9:15 a 10:15 h.
 - BARRIADA DE LA PAZ MARGARITAS-VIAL: de 9:30 a 10:30 h.
- **ESTUDIO DE VALORACIÓN NUTRICIONAL**
 - Participan Programa de Educación Permanente de Adultos. CEPER "Fuensanta". Junta de Andalucía
- **EDUCACIÓN VIAL Y DINAMIZACIÓN DEL USO URBANO DE LA BICICLETA**
 - Colegio "Almedina". De 10:00 a 13:00 h.

DIA 6 JUEVES:

- **PARQUES BIOSALUDABLES**
 - PARQUE CRUZ CONDE: De 9:15 a 10:15 h. y de 10:15 a 11:15 h.
- **ESTUDIO DE VALORACIÓN NUTRICIONAL**
 - Participan Programa de Educación Permanente de Adultos. CEPER "Fuensanta". Junta de Andalucía
- **TALLER DE ALIMENTACIÓN Y COCINA SANA. ESCUELA DE HOSTELERÍA DE CÓRDOBA**
 - Participan Programa de Educación Permanente de Adultos. CEPER "Manuela Díaz Cabezas". Junta de Andalucía
- **RUTA URBANA "CÓRDOBA PARA CAMINAR"**
 - Jardines de la Agricultura. De 14:30 a 18:00 h. Salida Centro de Educación Vial (Avda. de la Victoria, s/n). Participan Programa de Educación Permanente de Adultos. CEPER "Fuensanta". Junta de Andalucía
- **TALLER DE ALIMENTACIÓN "COME VARIADO PARA CRECER FUERTE Y SANO"**
 - Colegio Público "Torre de la Malmuerta". De 9:45 a 13:30 h.
- **TALLER "LOS PRODUCTOS DE LA GRANJA"**
 - Colegio "Jesús Nazareno". 10:30 h.
- **EDUCACIÓN VIAL Y DINAMIZACIÓN DEL USO URBANO DE LA BICICLETA**
 - Colegio Público "Averroes". De 10:00 a 13:00 h.

DIA 7 VIERNES:

- **PARQUES BIOSALUDABLES**
 - FÁTIMA: De 8:15 a 9:15 h. y de 9:15 a 10:15 h.
- **ENTREGA DE CARTELES INFORMATIVOS SOBRE VERDURAS Y FRUTAS DE TEMPORADA EN OTOÑO**
 - Usuarios del Programa de Atención Domiciliaria
- **TALLER DE ALIMENTACIÓN "COME VARIADO PARA CRECER FUERTE Y SANO"**
 - Colegio "Santa María de Guadalupe". De 9:00 a 12:00 h.
- **TALLER "FRUTOS DE NUESTROS BOSQUES"**
 - Colegio "Mirasierra". De 9:30 a 11:30 h.
- **EDUCACIÓN VIAL Y DINAMIZACIÓN DEL USO URBANO DE LA BICICLETA**
 - C.E.E. "Virgen de la Esperanza". De 10:00 a 12:00 h.