



Mesa de Salud Escolar
Distritos Fuencarral-Tetuán

DESAYUNO SALUDABLE (Taller para padres)

1. Modalidad: **Taller teórico práctico.**
2. Fechas de realización: **Todo el curso (Notificar con 2 meses de antelación)**
3. Dirigido a: **Padres de alumnos de 1º y 2º ciclo de Primaria**
4. Organiza: **Centros de Salud de Atención Primaria y Prevención y Promoción de Salud Área 5.**
5. Lugar de desarrollo de la actividad: **En el propio centro educativo.**
6. Horario de la actividad: **A concertar con el Centro.**
7. ¿Qué aportación en material o personal hace la entidad organizadora?

Profesorado, material divulgativo, etc.

8. Objetivos:

Dar a conocer los componentes del desayuno saludable y analizar las dificultades que existen para llevarlo a cabo.

9. Contenidos:

Se trata de un taller teórico-práctico donde se hace una autoevaluación de su desayuno, se desarrolla una charla teórica participativa sobre hábitos saludables, importancia del desayuno en la salud y en el rendimiento intelectual y características y componentes del desayuno saludable. Se termina con la elaboración por parte del grupo de un menú semanal.