La alimentación saludable centra la Escuela de Salud de Petrer

19/05/2017



Hoy arranca la Escuela de Salud, que cada año organiza la Concejalía de Sanidad de Petrer. Se trata de una serie de **conferencias y un curso abierto a todos los públicos,** que este año se centrará en la alimentación saludable. Las actividades comenzarán a las 11 horas en el Centro Municipal "Las Cerámicas", con una **charla sobre dieta mediterránea** y continuarán el siguiente sábado día 24, también en el Centro "Las Cerámicas" a las 11 horas, con una charla sobre dietas milagro. El curso requiere inscripción ya que las plazas son limitadas. Se puede formular la inscripción a partir del 16 de mayo en la Concejalía de Salud de Petrer, en la calle Luis Chorro, 8, o bien en el teléfono 966 951 912. Las charlas son abiertas a todos los públicos y no requieren inscripción.

Tras las charlas se llevará a cabo un curso sobre alimentación saludable que se desarrollará en cuatro sesiones: la primera será el sábado 27 con el título de "Alimentación saludable". La segundatendrá lugar el sábado 3 de junio, también a las 11 horas en el mismo lugar, con el título de "Cómo confeccionar mi propia dieta, mi menú". El sábado 10 se llevará a cabo la tercera sesión con el título de "Alimentos estacionales y de aquí. Técnicas de cocción saludable". Y ya para finalizar, el sábado 17 tendrá lugar la última sesión con una clase sobre "Etiquetado y marketing de alimentos".

La edil de Salud, Silvia Rodríguez, ha señalado que en estas jornadas "aprenderemos a identificar una alimentación correcta, variada y completa. Como adultos

muchas veces ni nos acordamos de que la correcta alimentación actúa directamente en nuestro organismo previniendo enfermedades".