

# XORNADAS SOBRE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

## "OS ESCOLARES APRENDEN A FACER PAN E ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA"

Asociación EFA A CANCELA leva a cabo nestes días, no obradoiro de Panadería e Pastelería do seu centro educativo de Formación Profesional, unhas xornadas dirixidas a alumnado de Educación Primaria da comarca Condado - Paradanta, co obxectivo de dar a coñecer os ingredientes e o proceso de elaboración do pan, así como as súas propiedades e beneficios.

Os escolares teñen a oportunidade de coñecer como se elabora artesanalmente o pan de forma práctica, unha actividade ésta na que participan activamente e con entusiasmo en tódalas fases do proceso. Ademáis, levan os panciños que eles mesmos elaboran.

Noutra actividade traballaron cunha aplicación informática sobre a Nutrición equilibrada. Nela, os rapaces descubriron na súa dieta os beneficios que aporta o consumo do pan : "os nenos que comen habitualmente pan teñen maior rendemento no colexio".

E, finalmente, houbo unha charla sobre a Actividade Física e deporte, da que se encargaron especialistas do mundo do deporte. Tanto nesta, coma na outra actividade, s destacou que o sedentarismo é o culpable de sobrepeso. E, asimesmo, sulíñáronse trucos para mellorar a nutrición .



Asociación EFA A Cancela  
Tortoreos s/n  
36440. As Neves  
Pontevedra  
986648250  
acancela@efagalicia.org  
www.acancela.es  
www.efagalicia.org

