

Projecte pioner per lluitar contra el sobrepès infantil

L'Ajuntament i els centres d'atenció primària posen en marxa el projecte "Infants actius", per introduir hàbits saludables entre els nens i les nenes amb excès de pes



L'activitat física, juntament amb una alimentació adient, és fonamental en la lluita contra el sobrepès.

L'Àrea d'Esports i Salut Pública de l'Ajuntament, en col·laboració amb els centres d'atenció primària (CAP) de la ciutat, han posat en marxa el projecte "Infants actius", adreçat a nens i nenes de 10 a 12 anys en situació de sobrepès. De gener a maig es faran al CEM Sag-

nier sessions teòriques i pràctiques que inclouen aspectes relacionats amb la cuina, l'alimentació, el moviment, la cura del cos, la pràctica de l'esport, la dansa i les activitats lúdiques. També s'ofereix suport psicològic (afectivitat, comunicació i emocions) en cas necessari.

Com s'hi pot participar?

Qualsevol persona interessada a participar en el projecte ha de passar per la consulta de pediatria del seu CAP. El recurs està pensat per a un total de 15 infants i el cost per a les famílies és de 60 euros al trimestre (el cost total és superior, però la diferència l'assumeix l'Ajuntament). S'exigeix compromís d'assistència i participació durant el temps que dura el projecte.

Sobrepès i obesitat en infants

El sobrepès i l'obesitat són dels trastorns nutricionals més freqüents durant la infància i estan augmentant progressivament amb la disminució de l'activitat física i els mals hàbits alimentaris.

L'objectiu del projecte "Infants actius" és aportar les eines adequades per fer front a aquesta problemàtica i millorar la salut de la nostra població infantil. L'actuació pretén que els infants incorporin a la seva vida la pràctica regular d'activitat física adequada i una alimentació completa, sana i equilibrada 🍎🥕

EL PRAT

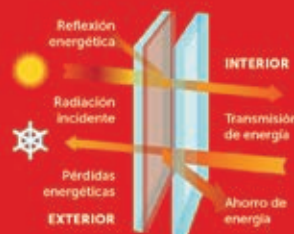
18

març 18



J. Ramos[®]
CRISTERIA METALISTERIA

Toldos · Ventanas · Puertas correderas · Rejas a medida
Claraboyas · Mamparas · Vidrio al corte · Ventanas de
rotura puente térmico · Motorización de persianas



AISLAMIENTO TÉRMICO

La rotura de puente térmico en las ventanas hace de barrera para el frío y el calor, mejorando el ahorro de energía y limitando la condensación.

