

## NUESTRO OBJETIVO

Nuestro objetivo es conseguir un estilo de vida activo en los niños y adultos a través del juego y el deporte y una alimentación variada, sana y de calidad para mejorar la vida de las personas.

## Información :

TLF: 979165188

[34001881@educa.jcy.es](mailto:34001881@educa.jcy.es)

C/ Tello Téllez S/N

34004 - Palencia

C.P.R.E.E CARRECHIQUILLA

# ALIMENTACION Y DEPORTE

Hecho por

ENRIQUE & CHRISTIAN

Alumnos en practicas de dietética



C.P.R.E.E CARRECHIQUILLA

## TODOS COMEMOS, TODOS JUGAMOS

"Inclusión en cada juego,  
diversidad en cada equipo:  
Todos debemos ser los  
mejores en el deporte de la  
inclusión."



## ACTIVIDAD FISICA Y ALIMENTACION SALUDABLE

Tenemos que tener en cuenta  
la mezcla de estos dos  
elementos para mejorar  
nuestra salud. Llevar un estilo  
de vida activo haciendo  
ejercicio y una alimentación  
saludable reducen el riesgo de  
enfermedades  
cardiovasculares, diabetes y  
otras enfermedades.  
¡CUIDATE!

**Reduce el riesgo de  
enfermedades**

**Aumenta tu calidad de  
vida**

**Ayuda a hacer amig@s**

**Atrévete a probar juegos y  
alimentos nuevos**

**Diviértete comiendo y  
jugando**