



EMAKUMEA ETA NUTRIZIOA MUJER Y NUTRICIÓN

Maiatzaren 27a	Data/Fecha:	27 de mayo
Lekua/Lugar: IBAIGANE JAUREGIA/PALACIO IBAIGANE Prentsa aretoa/Sala de Prensa		
10:00etatik 13:00etara	Ordua/Horario:	10:00 a 13:00 horas
Emakumeen Osasunaren aldeko Nazioarteko Ekintza Eguna dela eta, Kulturako Foru Saileko Kirolen eta Gazteriaren Zuzendaritza Nagusiak, Bizkaia Bizkaialde Fundazioak eta Athletic Clubek hitzaldi bat antolatu dute, «Emakumea eta Nutrizioa» izenburupean, gogorarazteko zein garrantzitsua den bizimodu osasungarria egitea eta ildo horretan zein funtsezkoak diren jarduera fisikoa eta elikadura. Hitzaldia «Kirola osasunaren bidea» programaren barruan sartzen da; izan ere, programa horren bidez, Foru Aldundiko Kultura Sailak sedentarismoa desagerrarazteko eta jarduera fisikoa zein era askotako elikagaiak eta elikadura orekatua sustatzeko bultzatzen dituen ekimen guztiak biltzen dira. Hori guztia funtsezkoa da osasuna mantendu eta hobetzeko nahiz gaixotasunak prebenitzeko.		Con motivo de la celebración del Día Internacional de Acción por la Salud de la Mujer, la Dirección General de Deporte y Juventud del Departamento Foral de Cultura juntamente con la Fundación Bizkaia Bizkaialde y el Athletic Club organiza una charla que bajo el título “Mujer y Nutrición” busca concienciar de la importancia de una vida saludable, en la que actividad física y alimentación son dos de los pilares fundamentales. Esta charla se encuadra dentro del proyecto <i>“A la salud por el deporte”</i>, que recoge todas las iniciativas que desde el Departamento de Cultura de la Diputación Foral pretenden desterrar el sedentarismo y promocionar tanto la actividad física como una alimentación variada y equilibrada, esencial para el mantenimiento y mejora de la salud y la prevención de las enfermedades.
TOSCANA VIAR MORÓN Farmazialaria-Nutrizionista Athletic Club-eko Zerbitzu Medikoa 	Hizlaria Ponente	TOSCANA VIAR MORÓN Farmacéutica-Nutricionista Servicio Médico del Athletic Club 
Maiatzaren 25era arte	Izena emateko epea: Plazo inscripción:	Hasta el 25 de mayo
Doako sarrera Leku kopurua mugatua da.		Entrada gratuita Las plazas serán limitadas.