

## “Contigo, lo nuevo”

**FORMACIÓN DE PADRES** Nº 6

Organizada por APAMAR y el Equipo Directivo

Valencia, 22 de marzo de 2016

Apreciados padres/madres de alumnos/as:

Cumpliendo con la programación prevista para este curso, seguimos con la sexta charla de Escuela de padres prevista para el **próximo día 6 de abril**, con el objetivo de seguir mejorando en la educación hacia nuestros hijos.

**Día, 6 de abril.**

**Lugar: Sala Azul / Comedor del colegio**

**Hora: 18:30 h.**

**TALLER DE ALIMENTACIÓN: “EL MISTERIO: LOW SUGAR”**

**por SARA NAVARRO Y CRISTINA PUCHADES**

(Dietistas-nutricionistas. Hospital General Universitario de Valencia)

*Dirigido a padres y alumnos de Infantil y Primaria.*

En los últimos años, el consumo de azúcares sencillos ha aumentado de forma vertiginosa. Estos componentes, además de ser NO NUTRITIVOS, los encontramos en los alimentos dulces, pero ni por asomo pensaríamos que están presentes en otros alimentos no clasificados como dulces. ¿En qué alimentos se ocultan los azúcares? En este taller conoceremos dónde están, sus beneficios y sus perjuicios cuando se consumen en exceso.

Nuestro objetivo es que padres y niños aprendan a localizar estos componentes y a evitar su consumo de forma habitual. Luego realizaremos unas sencillas y deliciosas bolitas decoradas para los días más especiales.

Desde APAMAR y el Equipo Directivo del Colegio os animamos a participar en esta escuela puesto que consideramos que el tema será enriquecedor para la difícil y maravillosa tarea de SER PADRES.

Atentamente.

APAMAR Y EQUIPO DIRECTIVO

