



## ACTIVIDAD DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD FRENTE A LA OBESIDAD INFANTIL Y JUVENIL 2019/2020

### XV EDICIÓN

Mérida, 2 de septiembre de 2019

Estimado/a director/a:

Nos complace invitarles a participar en la “**Actividad de Educación para la Salud frente a la Obesidad Infantil y Juvenil 2019/2020**” (A2019). Esta actividad se celebra de forma ininterrumpida desde 2005. El objetivo es promocionar estilos de vida saludables, fomentando la alimentación saludable y la práctica regular de ejercicio físico en los centros educativos, para disminuir los índices de obesidad y sobrepeso en Extremadura.

Va dirigida al alumnado de 2º y 5º curso de Educación Primaria y 3º de Educación Secundaria Obligatoria, de todos los centros educativos de Extremadura y al de Enseñanza Básica de los Centros de Educación Especial. El tema de este año 2019/2020 es “**Huevos y sus beneficios**”.

Un/a maestro/a, profesor/a o educador/a social, actuará como coordinador/a, pudiendo contar con el apoyo de hasta otros cuatro profesores (o personal no docente) colaboradores/as. Otros miembros de la comunidad educativa también podrán participar en el desarrollo de la Actividad.

#### LA A2019 INCLUYE:

■ **Formación:** para el profesorado, para el alumnado y la familia, sobre alimentación y ejercicio físico. De nuevo este año habrá una **sesión formativa voluntaria, de una mañana de duración**, que se celebrará en Mérida, previsiblemente durante el mes de noviembre, y a la que podrán asistir como máximo dos personas de cada centro educativo que se inscriba (consultar en noviembre si es posible un mayor número de asistentes por centro), personas que, para asistir, **deberán recabar la autorización correspondiente por parte de la Consejería de Educación**. Además, el coordinador/a dispondrá de material de apoyo que podrá descargarse de <https://saludextremadura.ses.es/web> (apartado de Educación para la Salud) y/o se le podrá enviar por correo electrónico.

La formación en el centro puede impartirla el coordinador/a o invitar a un profesional sanitario de un centro de salud, a un dinamizador técnico deportivo, o a cualquier persona de la comunidad educativa.

Las actividades para la promoción del ejercicio físico y la alimentación saludable serán:

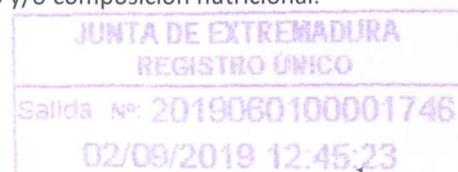
#### ■ Ejercicio físico:

■ Tras la oportuna reflexión, decidirán qué ejercicio físico van a realizar; senderismo, bicicleta, juegos tradicionales, etc. y disfrutarán del mismo con todos sus compañeros/as.

#### ■ Alimentación saludable

■ **Compra:** será necesaria la participación del centro y/o de la AMPA financiando dicha compra. Los alumnos/as, deben tomar decisiones que se materializan elaborando la lista de la compra por grupos, para después ir a comprar con un presupuesto determinado.

En caso de no poder financiar la compra, los alumnos/as pueden llevar alimentos de casa para compartir. Se hará especial hincapié en el estudio del etiquetado y/o composición nutricional.



■ **Degustación de los alimentos:** tras su preparación, será buen momento para compartir, relacionarse y para que muchos niños y niñas se embarquen en la aventura de probar nuevos alimentos.

■ VI Certamen **"Aprendo a cocinar con..." (huevos).** Los alumnos/as expondrán en clase una receta de cocina que previamente hayan elaborado en su casa con un adulto (esta actividad es voluntaria). Para ampliar información, y para resolver dudas, enviar correo a: eulalio.ruiz@salud-juntaex.es, y les remitiremos el anexo del Certamen "Aprendo a cocinar con..." También puede contactarse con la Unidad de Educación para la Salud de la Dirección General de Salud Pública, con D. Eulalio Ruiz Muñoz en el teléfono 924 382 785.

El coordinador/a y sus colaboradores/as actuarán en todo momento de mediadores, facilitando y guiando a los alumnos/as que participarán activamente en todos los pasos disfrutando, sin olvidar el respeto al medio ambiente (no utilizar bolsas de plástico, reciclar la basura, etc.)

■ **Envío de material promocional.** Este año se enviará a los centros educativos que se inscriban, como material de apoyo, una **gorra** para cada uno de los niños/as y profesores participantes, con el logotipo de la actividad.



■ **Memoria.** La realizará el coordinador/a para evaluar la A2019. Seguirá obligatoriamente el guion que se incluirá con el material de apoyo. Ésta deberá ser enviada al correo electrónico, eulalio.ruiz@salud-juntaex.es, antes del **27 de marzo de 2020**. Deberá contener la firma del coordinador/a y del director/a del centro y adjuntar al menos una fotografía de las actividades en formato JPG.

Recibirán **diploma** de reconocimiento de coordinación y participación respectivamente, el coordinador/a y los colaboradores/as que figuren en la memoria remitida (máximo cuatro colaboradores en todo caso). **Estos diplomas, en el ámbito público, serán valorados, para los coordinadores y colaboradores, respectivamente con los siguientes créditos: 3 créditos de formación para el coordinador/a y 2 créditos de formación para los colaboradores/as.**

## INSCRIPCIÓN

Para participar, se deberá enviar un correo electrónico a: eulalio.ruiz@salud-juntaex.es, **hasta el 09 de octubre de 2019**, inclusive, indicando en todo caso los siguientes datos:

- **Nombre del centro educativo.**
- **Localidad.**
- **Coordinador/a (una sola persona): nombre, dos apellidos y NIF.** Deberán hacer constar nombre oficial completo y dos apellidos, poniendo especial cuidado en no cometer errores.
- **Colaborador/es (máximo cuatro personas): nombre, dos apellidos y NIF.**
- **Persona/s que acudirá/n a la actividad formativa en Mérida (nombre, apellidos y NIF).** Si no acudirá ninguna persona, por favor, indicadlo igualmente.
- **Nº de alumnos/as sobre los que se intervendrá (indicar lo que proceda):**
  - 2º de Educación Primaria
  - 5º de Educación Primaria
  - 3º E.S.O.
  - Educación Especial

La selección se realizará por riguroso orden de entrada del correo, hasta un máximo de 200 centros. Los centros seleccionados recibirán la comunicación en tal sentido por correo electrónico (se aconseja no iniciar las actividades hasta recibir ese correo).

D. Rafael Rodríguez de la Cruz  
Secretario General de Educación



D<sup>a</sup>. Pilar Guijarro Gonzalo  
Directora General de Salud Pública

