



Bizkaiko guraso
elkartea

	NUTRIZIOA ETA OHITURA OSASUNGARRIAK NUTRICIÓN Y HÁBITOS SALUDABLES
Norentzat /Dirigido a	Haur, Lehen eta Bigarren Hezkuntzako familiak Familias de Educación Infantil, Primaria y Secundaria
Helburuak /Objetivos	Elikadura osasungarria: laguntzeko tresnak Alergiak eta intolerantziak: nola sortzen dira eta nola hobetu diegu Zeintzuk dira gure burmuinari laguntzen dioten elikagaiek eta zeintzuk dira txarrak Aportar los recursos adecuados para realizar una alimentación saludable Conocer la posible causa de las alergias e intolerancias y cómo poder mejorarlas Conocer los alimentos que ayudan al cerebro y cuáles le perjudican
Saioen kopurua /Nº de sesiones	5 saio 5 sesiones