



JORNADAS DE EDUCACIÓN DIABETES para familias



ORELLANA LA VIEJA



16 - 17 SEPTIEMBRE

JUNTA DE EXTREMADURA

Vicepresidencia Segunda y Consejería de Sanidad y Servicios Sociales

Proyecto subvencionado por el Instituto de la Juventud de Extremadura

JUNTA DE EXTREMADURA
Consejería de Igualdad y Portavocía



#tenemosunplan
EL PLAN DE JUVENTUD



JEDF.

Programa 2023

SÁBADO 16

- 10:00 - 10:30 DESAYUNO
- 10:30 - 11:00 Bienvenida
- 11:00 - 12:00 **"Pon de moda los hábitos saludables". Bloque I: deporte y actividad física.** *Gloria Tena Millán, Exfutbolista profesional, graduada en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.*
- 12:00 - 12:30 Pausa café
- 12:30 - 14:00. **La importancia de gestionar nuestras emociones en la diabetes.** *Susana Rico, psicóloga especializada en diabetes y terapia familiar.*
- 14:00 - 16:00 Comida
- 16:00 - 17:30 Descanso
- 17:30 - 20:20 **Actividades acuáticas en familia.** *Baobab Nature.*
- 21:00 Cena

DOMINGO 17

- 10:00 - 11:00 DESAYUNO
- 11:00 - 12:00 **"Pon de moda los hábitos saludables". Bloque II: Alimentación.** *Laura Ramos Bejarano, Dietista - Nutricionista experta en nutrición y alimentación infantil.*
- 12:00 - 12:30 Pausa café
- 12:30 - 14:00 **Pasapalabra: Nuevas Tecnologías en la Diabetes.** *Andrea Silos, Voluntaria de Fadex.*
- 14:00 Convivencia, comida y despedida