

# PROGRAMA:

## ESTILOS *de vida* SALUDABLE

TALLER

PLANIFICADOR

de

HÁBITOS

*saludables*

### CONTENIDOS:

Mejora y organización de hábitos alimentarios. Actividad física y bienestar emocional de las personas a través de un planificador que servirá de guía, agenda u organizador semanal.

### 4 SESIONES:

27 DE FEBRERO | 5, 12 Y 19 DE MARZO  
de 17:00 a 19:00h.

### LUGAR:

Centro Cívico Municipal Levante  
Plaza Mahatma Gandhi

### PLAZO DE INSCRIPCIONES:

Inscripciones del lunes 12 al viernes 23 de febrero, ambos inclusive, de lunes a viernes en horario de 9:00 a 20:30 presencialmente en el **Centro Cívico de Levante**.

Admisión por orden de inscripción  
hasta completar aforo  
(20 PERSONAS)



Organiza:

Colabora:



AYUNTAMIENTO DE CORDOBA  
Delegación de Salud y Consumo  
Unidad de Salud Pública



AYUNTAMIENTO DE CORDOBA  
Delegación de Participación Ciudadana