

UNIVERSIDADE SÉNIOR - UNIVERSIDADE DA CORUÑA

OUTUBRO SAUDABLE 2024

CAMPUS A CORUÑA

EDIFICIO NORMAL - PASEO DE RONDA, 47, 1º - AULA 1

16 DE OUTUBRO, 17:00

**ACTIVIDADE FÍSICA, SAÚDE,
ESTRATEGIA E HÁBITOS**

Paula García Tenorio

*Lic. Ciencias da Actividade Física e o
Deporte, e Mestra de Educación Física*

22 DE OUTUBRO, 10:30

**NUTRICIÓN E VITAMINA D:
CLAVES PARA UNHA
ALIMENTACIÓN
SAUDABLE**

NUTRICIONA

23 DE OUTUBRO, 12:30

**EVOLUCIÓN HUMANA. DE
ONDE VIMOS?**

Salvador Fojón Polanco

Universidade da Coruña

23 DE OUTUBRO, 9:30

**ALIMENTACIÓN SAUDABLE
PARA ADULTOS MAIORES**

Alma Prieto Tenreiro

Especialista en Nutrición. SERGAS

28 DE OUTUBRO, 10:30

**O ESTRÉS NA SOCIEDADE
ACTUAL: ESTRATEGIAS
PARA MANEXALO**

Patricia Otero Otero

Universidade da Coruña

31 DE OUTUBRO DE 2024, 11:00

ALMORZO SAUDABLE

**INSCRIPCIÓN PREVIA DO 16 AO 20 DE OUTUBRO
EN: UDC.GAL/SENIOR**

EN COLABORACIÓN COA



**CÁTEDRA UDC
VEGALSA - EROSKI**

Compromiso social
Comunicación
Reputación corporativa