

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN SALUDABLE (INTERNET)</b>
<b>CLAVE LOCALIDAD/EDICIÓN</b>	2024.00.B.008.02 MÉRIDA
<b>OBJETIVO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprender a diseñar menús equilibrados y saludables.</li> <li>• Exponer las características de los nutrientes.</li> <li>• Explicar como en el diseño de la alimentación diaria debemos asegurar un equilibrio de todos los grupos de alimentos y su proporción óptima.</li> <li>• Facilitar información para comprender los etiquetados de los alimentos y descubrir sus valores nutricionales.</li> <li>• Reflexionar sobre la existencia o no de la dieta mediterránea en el siglo XXI.</li> </ul>
<b>CONTENIDO</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Qué nos aportan los alimentos?</li> <li>2. Los nutrientes.</li> <li>3. La ingesta de alimentos.</li> <li>4. La información sobre los alimentos.</li> <li>5. Alergias e intolerancias alimentarias.</li> </ol>
<b>PLAZAS</b>	400
<b>DESTINATARIOS</b>	<p>Empleados Públicos de la Junta de Extremadura.</p> <p>Tendrán preferencia los cocineros, jefes de cocina, jefes de internado y ayudantes de cocina.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Será requisito necesario disponer de equipo informático, correo electrónico y acceso a Internet, o estar en disposición de contar con su utilización durante las fechas previstas para el curso.</li> <li>• Contacto inicial a través de la plataforma, en el que se expondrá la metodología del curso, el plan de trabajo y el calendario de realización.</li> <li>• Desarrollo del curso, actividades y tutorías a través de Internet.</li> </ul>
<b>CALENDARIO Y LUGAR</b>	<p>Calendario: Fecha de Inicio: 28 de octubre. Fecha de Finalización: 25 de noviembre.</p> <p>Lugar: MÉRIDA</p>
<b>HORARIO</b>	El alumno seleccionado ajustará las horas del curso a sus necesidades.
<b>DURACIÓN/HORAS</b>	25
<b>FINANCIACIÓN</b>	FONDOS DE FORMACIÓN PARA EL EMPLEO DE LAS AA.PP.