

# ¿QUÉ ES?

Proyecto formativo de  
Hábitos Saludables

Sesiones deportivas de  
Entrenamiento TRX  
Gimnasio SKM

Talleres de cocina  
Recetas equilibradas  
Restaurante Lume de Carozo

visitas didácticas a  
Hipermercados Alcampo

Andainas saludables  
voluntarios Auchan



PROYECTO ALISA

FUNDACION  
Alcampo  
POR LA JUVENTUD

1988 - 2019  
30 DOWN  
Asociación Española de Voluntarios de Comercio

# ¿CÓMO LO HACEMOS?

1



Seguimiento del Índice de Masa Corporal

2



Talleres de cocina saludable  
con el restaurante Lume de Carozo

3



Sesiones deportivas de TRX  
con el gimnasio SKM



Formación en aula

5



Formación en los  
hipermercados Alcampo

# OBJETIVO: CONCIENCIAR

Andaina  
saludable  
colaborativa



ANDAINA  
*saludable*

29 xuño - 10h

Estadio Balaídos  
SENDEIRO DO RÍO LAGARES

 Alumnado Down Vigo

Voluntariado Alcampo 

  Organiza  
Proxecto  
ALISA



# LOS HÁBITOS SALUDABLES

SON UNA  
FORMACIÓN  
CONTINUA

