

TÍTULO DEL VÍDEO	
Conversatorio: Prácticas de estilo de vida saludable en familia.	
ENLACE DE UBICACIÓN	DESCRIPCIÓN DEL CONTENIDO
<p style="text-align: center;">https://www.youtube.com/watch?v=0CgxKnh5X8I</p> 	<p>En el presente conversatorio dirigido por el Centro de Documentación y Memoria de la SED, se da a conocer experiencias relacionadas con lo propuesto en el libro prácticas de estilos de vida saludable como parte del proceso educativo integral, que incluye descubrir y adquirir hábitos y comportamientos desde el hogar, entre ellos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fortalecer hábitos y experiencias de alimentación saludable. 2. Propuestas para reducir y manejar los desperdicios de alimentos. 3. Estrategias de ejercitación del cuerpo por medio de actividades físicas sencillas en familia. 4. La identificación de acciones para prevenir accidentes. 5. Dos talleres orientados a fomentar comportamientos adecuados al desplazarse por la ciudad en medios de transporte alternativos o públicos.