

Eix	Mengem bé
Intervenció	Hàbits nutricionals i benestar laboral
Objectiu	Aconseguir que siguin capaços d'escollir un aliment, una dieta o la pràctica d'un hàbit saludable, coneixent el per què i els avantatges o desavantatges de la seva elecció pel col·lectiu del torn de nit.
Descripció	L'acció consisteix en fer un taller d'hàbits nutricionals saludables per tenir clars els criteris bàsics per començar a gaudir d'una alimentació saludable
Metodologia	Es fomenta una acció educativa i per conscienciar, analitzant la realitat de l'alimentació que els envolta, perquè vagin sent conscients dels beneficis que s'obtenen amb una dieta variada, creativa i saludable i el benestar laboral que es pot obtenir.
Data d'inici i calendari	26 abril 2016
Accions realitzades	26 i 27 abril 2016
Avaluació	<ul style="list-style-type: none"> - Participació - Qüestionari satisfacció

