

**Taller Para Pre-Pensionados: Aprendiendo a Asumir Nuevos Retos Secretaria de Educación Departamental
Apoyado por la Secretaria de Recreación y Deportes del Cesar.**

PROGRAMACIÓN DEL MES DE AGOSTO

No.	TEMA	FECHA	HORA	PROFESIONAL
1	Beneficios de la actividad física en población pre pensionada	17 de agosto de 2021	4:00 – 4:50 p.m.	Enrique Jiménez - Medico Deportologo
2	Vivir con Buena Salud Mental	17 de agosto de 2021	4:50 – 5:45 p.m.	Eliana Daza Maya - Psicóloga Deportivo
3	Buenos Hábitos Nutricionales	24 de agosto de 2021	4:00 – 4:50 p.m.	Luisana Guerra Cerchar - Nutricionista
4	Pausas Activas	24 de agosto de 2021	4:50 – 5:45 p.m.	Mayra Romero - Fisioterapeuta
5	Importancia de los Hábitos y Estilo de Vida Saludable	31 de agosto de 2021	4:00 – 4:50 p.m.	Andrea Sánchez Lafaurie – Coordinadora del Programa HEVS
6	Actividad Física Musicalizada	31 de agosto de 2021	4:50 – 5:45 p.m.	Lina Romero Monitora HEVD
7	Conversatorio	7 de septiembre de 2021	4:50 – p.m.	Oscar Muñoz - Medallista Olímpico – exparticipante realitin Desafío Super Humano 2021

**REGULO PINEDA ARREGOCES
SECRETARIO DE RECREACION Y DEPORTES DEL CESAR**

Proyecto: **ANTONIO GERMAN BOLAÑO MENDOZA**
Dirección Deportiva.