

# Ajuntament de Castellar del Vallès

Imatge promocional del cicle Eduquem en família.  
Imatge promocional del cicle Eduquem en família.

Dimarts 18 de febrer

Conferència/Xerrada

## **Eduquem en família: "Alimenta l'autoestima del teu fill/a. Prevenim trastorns alimentaris des de casa"**

A càrrec de l'Associació Contra l'Anorèxia i la Bulímia (ACAB).

Des de casa es poden prevenir, educar i promoure hàbits saludables, especialment durant l'adolescència, una etapa vulnerable influïda per l'autoestima i la percepció del cos. L'educació familiar pot ajudar a protegir els nois i noies del risc de trastorns de la conducta alimentària, fomentant una relació positiva amb l'alimentació i l'activitat física.

Aquesta conferència té com a objectiu proporcionar informació sobre els trastorns de la conducta alimentària, com detectar-los i com prevenir-los des de l'àmbit familiar.

La informació d'avui pot ser essencial per a demà!

[Inscriu-t'hi aquí](#). Places limitades.

**Horari** | 19:30

**Destinataris** | Públic general

**Organitza** | Ajuntament i PEC

**Lloc** | Sala Lluís Valls Areny d'El Mirador

**Programa** | [Eduquem en família](#)

Ajuntament de Castellar del Vallès · Passeig Tolrà, 1 | 08211 Castellar del Vallès |  
Tel. 93 714 40 40