

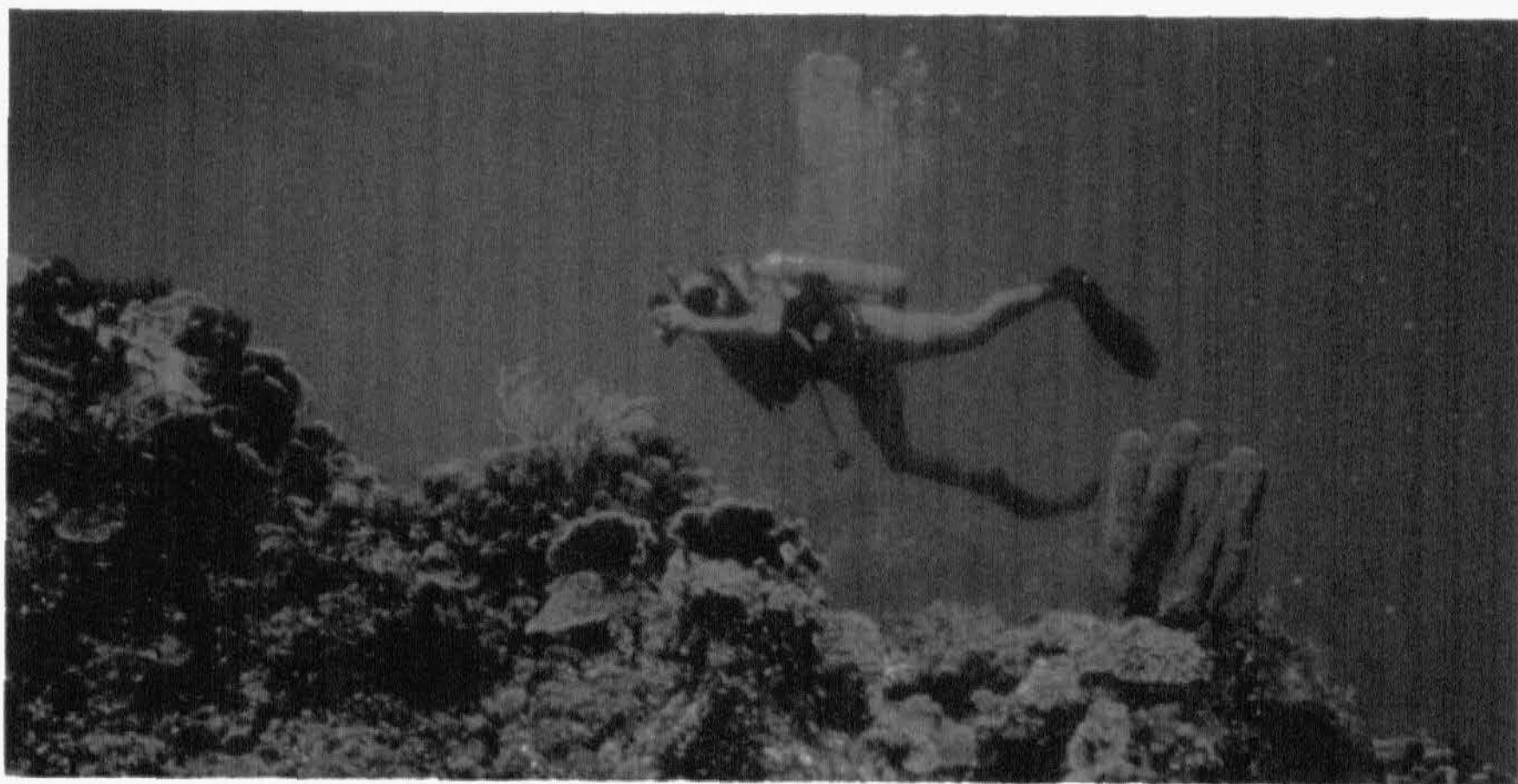
11.20 h a 11.45 h

Calidad de Vida

Adelgazar: verdad y mentira

Basta asomarse a los anuncios en la prensa o a la publicidad en los medios audiovisuales: la oferta de productos y sistemas para adelgazar es incesante. Pastillas, bebidas, dietas, sobres "mágicos", tratamientos, sistemas variados que prometen "perder kilos", "que no se recuperan". Pero, ¿sabemos realmente sobre esos procedimientos o productos? ¿Cuál es su grado de eficacia? ¿pueden, en algún caso, atentar contra la salud del consumidor?

Vivimos en una sociedad en la que casi se nos está obligando a mostrar un cuerpo o un físico "a la moda". Una pura imposición externa y un condicionante. Muchas personas, presionadas por su entorno social, se ven impulsadas a seguir sistemas o tratamientos de eficacia más que dudosa. En el espacio, conocemos los métodos más eficaces para perder razonablemente peso, pero sin atentar contra nuestra salud.



SUGERENCIAS DIDACTICAS

Obtener un cierto equilibrio personal, físico y psíquico mediante la Educación para la Salud: trátase de conseguir una figura esbelta, de alimentarse a placer o de practicar algún deporte arriesgado. Este reportaje sobre los riesgos del adelgazamiento incontrolado puede facilitar el trabajo de los profesores de Enseñanza Secundaria que vayan incorporando a su programación los objetivos de la Educación para la Salud.

En la serie sobre **Seguridad vial** se trata hoy un asunto de extraordinaria importancia: la solidaridad y la ayuda mutua.

24

L U N E S

08.45 h

That's English

Who does what at home? Pedir y dar información sobre las tareas domésticas que realiza cada uno. Hablar de las actividades cotidianas. Comparar las costumbres de hoy y las del pasado.

11.00 h

Mirada abierta

Podemos conocer por dentro algunos espacios de televisión para poder elegir mejor lo que contemplamos.

11.10 h

Seguridad en casa: La cafetera eléctrica

Una simple cafetera eléctrica puede ser un peligro para el niño o la niña que la confunde con un objeto para jugar.

11.20 h

Adelgazar: verdad y mentira

11.45 h

Seguridad vial: Aprender a ayudar a los demás

No basta subir a un vehículo sabiendo lo que no debemos hacer, sino lo mucho que podemos contar, aplicando las mejores reglas de cortesía, y también de solidaridad, al volante. Prestando un gran servicio a personas que lo necesitan en la carretera o en la calle. Y, quizás, en alguna ocasión, también nosotros necesitemos de los demás.

12.00 h

Ocio saludable: Submarinismo sin riesgo

El fondo del mar es un auténtico espejo de maravillas, aparentemente inaccesible al hombre. El submarino permite adentrarse en un medio que no es el natural para el hombre.