



AlavaReyes
centro de psicología



JORNADA DE DIVULGACIÓN

ALIMENTA TUS EMOCIONES

Salón de Actos del C.S.I.C.
C/ Serrano, 117. Madrid

23 DE NOVIEMBRE

CONDUCE LAS JORNADAS.

Elena Marquínez. Periodista.

15:30 PRESENTACIÓN Y RECOGIDA DEL MATERIAL.

15:45 PRESENTACIÓN DE LAS JORNADAS A CARGO DEL PRESIDENTE INSTITUTO TOMÁS PASCUAL SANZ, RICARDO MARTÍ FLUXÁ.

16:00 CONFERENCIA INAUGURAL: “ALIMENTAR EMOCIONES: FAVORECIENDO LA CHISPA INTERIOR”.

María Jesús Álava. Psicóloga. Directora del Centro de Psicología Álava Reyes y de ApertiaConsulting.

17:00 MESA REDONDA- DEBATE. “FOMENTANDO HÁBITOS SALUDABLES”.

Dirige **María Jesús Álava.**

Participan **Ángel Peralbo**, Psicólogo. Director del Área de Adolescentes del Centro de Psicología Álava Reyes. Pautas de alimentación a los padres de niños y de adolescentes.

Silvia Álava, Psicóloga. Directora del Área Infantil del Centro de Psicología Álava Reyes. Pautas de alimentación a los padres de niños y de adolescentes.

Antonio San José, periodista. La influencia de los medios de comunicación en la alimentación. ¿Qué se podría hacer?.

Susana Aldecoa, directora del colegio Estilo: ¿Cómo debería ser la alimentación en los colegios?.

18:00 COFFE BREAK.

18:30 MESA REDONDA- DEBATE. “CÓMO INFLUYE LA ALIMENTACIÓN EN LA FELICIDAD”.

Modera **Vicente Prieto**, Psicólogo. Director de Clínica del Centro de Psicología Álava Reyes. Participan **Gregorio Varela**. Catedrático de Nutrición y Bromatología de la Facultad de Farmacia de la Universidad San Pablo-CEU en Madrid. Dieta Mediterránea: Un modelo de felicidad y salud.

Enhamed Enhamed. Deportista para-olímpico. Coacher deportista y empresarial. La energía de la excelencia.

Daniel Peña. Psicólogo. Coordinador del Área de I+D del Centro de Psicología Álava Reyes y de Apertia Consulting. Cómo influye la alimentación en la felicidad.

19:30 CONFERENCIA DE CLAUSURA “MI EXPERIENCIA PERSONAL: CÓMO ALIMENTO MI VIDA”.

Isabel Gemio.

20:30 CIERRE DE LAS JORNADAS.

Confirmación de asistencia:
<http://xurl.es/inscritos>