

## **4as JORNADAS SALUD Y DEPORTE: Hábitos de vida saludable, deporte y alimentación**

### [Multimedia](#)

**El pasado martes 15 de noviembre 2022 se celebraron las 4as Jornadas Salud y Deporte - Hábitos de vida saludable, deporte y alimentación. Un evento exclusivo, con la participación de alumnos de la escuela ordinaria, Institut Front Marítim y alumnos de las escuelas de educación especial, ACIDH y NEN DÉU. Lucía Sainz, Audie Norris y Tommy Robredo dieron soporte a las jornadas organizadas por la Associació Esportiva Nacho Juncosa, apostando una vez más por el deporte unificado**

La Associació Esportiva Nacho Juncosa ha organizado las 4ª Jornadas Salud y Deporte - Hábitos de Vida Saludable, Deporte y Alimentación. El objetivo ha sido promover la práctica deportiva y los hábitos de vida saludables entre los niños y niñas del Colegio de Educación Especial ACIDH y NEN DÉU y del Institut FRONT MARÍTIM. La jornada ha consistido en que tanto jóvenes con y sin discapacidad intelectual comparten actividades deportivas y un taller de educación nutricional. La experiencia ha sido valorada como muy positiva por los propios alumnos participantes demostrando una vez más que el deporte rompe barreras.

### **5 ESTACIONES DEPORTIVAS Y HÁBITOS SALUDABLES**

El Club esportiu Laietà de Barcelona ha sido el escenario de estas jornadas donde los cerca de 70 alumnos de las tres escuelas (ACIDH, NEN DÉU y INSTITUT FRONT MARÍTIM) han realizado diferentes estaciones de baloncesto, tenis, pádel y fútbol dirigidas por técnicos profesionales y otra actividad de nutrición (taller show-cooking) dirigido por una dietista-nutricionista y cocinera. Una vez finalizadas las estaciones, ha tenido lugar la entrega de premios a todos los participantes y una comida para técnicos, alumnos y organizadores.

### **AUDIE NORRIS, TOMMY ROBREDO Y LUCÍA SAINZ**

La gran sorpresa de la mañana se la han llevado los alumnos al ver que en las estaciones de baloncesto, tenis y pádel, habían tres cracks mundiales que han hecho las delicias de los participantes. Así pues, durante la jornada, les han acompañado: Audie Norris (ex jugador de baloncesto de la NBA y del F.C.Barcelona) - Tommy Robredo (extenista profesional) - Lucía Sainz (actual número 8 del ranking del World Padel Tour).

### **JORNADAS UNIFICADAS**

La particularidad de estas jornadas es la convivencia de tres colegios diferentes, dos de educación especial, el ACIDH y NEN DÉU y el otro ordinario, el Institut FRONT MARÍTIM. El dato más diferencial e importante es que el alumnado con y sin discapacidad intelectual ha compartido grupo y ha practicado deporte de forma conjunta, dando un paso más hacia la integración total de las personas

con discapacidad intelectual en la sociedad.

#### ORGANIZACIÓN:

Associació Esportiva Nacho Juncosa: su objetivo es la promoción de la práctica deportiva y el fomento de buenos hábitos de vida para cualquier persona que quiera participar en una experiencia saludable vinculada al deporte. Una de las razones de su constitución es la inclusión de los colectivos más vulnerables (personas con enfermedades crónicas, personas con discapacidad intelectual y/o física, y personas en riesgo de exclusión social) en su programa de desarrollo de eventos y actividades como medio de integración social. También organiza el Torneo Internacional de Tenis Sub'16 Nacho Juncosa y el torneo internacional de tenis ITF Barcelona Sub-18.

---