

TALLER DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE

**SÁBADO 18 DE JUNIO
10:00-13:30H.**

- Aprende a comer sano.
- Mejora tu SALUD.
- Mantén un peso adecuado.
- Descifra etiquetas.
- Amplía conocimientos y resuelve dudas.

¿QUÉ ALIMENTO ES MEJOR PARA MÍ?

¿EXISTE UNA DIETA MILAGRO?

¿QUÉ DIETA ES LA MEJOR?

¿QUÉ NECESITAN COMER MIS HIJOS?

APRENDE A ALIMENTARTE ADECUADAMENTE PARA ESTAR EN TU PESO SALUDABLE

CHARLA IMPARTIDA POR DIPLOMADA EN DIETÉTICA Y NUTRICIÓN, COLEGIADA ARA00188

**Inscripciones en recepción
Socios: 3€ No socios: 10€
(Plazas limitadas)**



**Polideportivo
San Agustín**



**Miriam Crespo Garcés
Dietista-Nutricionista
Nº Col. ARA00188**