SALUD EN FAMILIA

FECHAS:

LUGAR:

TALLER INTERACTIVO DONDE APRENDENDERÉIS

LAS BASES PARA SER UNA FAMILIA SALUDABLE

CONTENIDO

- CHARLA- COLOQUIO ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA PARA TODA LA FAMILIA
- BUENA ALIMENTACIÓN
- MACRONUTRIENTES
- CÓMO CALCULAR TUS NECESIDADES DIARIAS ALIMENTICIAS

APRENDER LA ELABORACIÓN DE MENÚS

SANOS Y DIVERTIDOS PARA TODOS

ACTIVIDADES DEPORTIVAS EN FAMILIA

ÁREA DE BIENESTAR SOCIAL, IGUALDAD Y FAMILIA

DIPUTACIÓN DE ALMERÍA