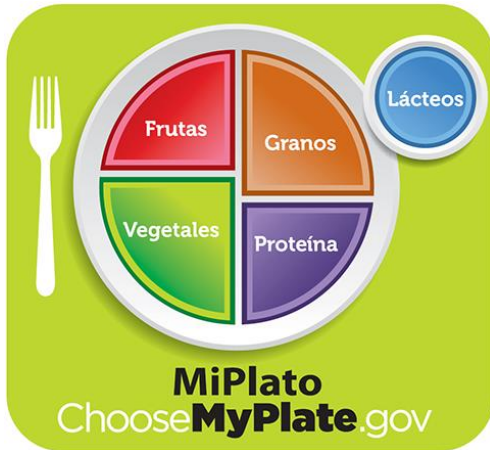


Clases de Nutrición Gratuitas

Cultivando Familias Saludables



Todos los materiales están basados en estudios y utilizan Mi Plato de el USDA

Los Participantes:

- Aprenderán a cocinar saludablemente con poco dinero
- Recibirán demostraciones de recetas y muestras de comida
- Recibirán folletos educativos y artículos que reforzaran lo que aprendieron

Temas Incluyen:

- Mi Plato Saludable
- Coma alimentos saludables y sabrosos
- Comidas y bocadillos rápidos y saludables
- Consuma una alimentación saludable sin salirse de su presupuesto
- La actividad física es esencial para vivir bien

Para mas información,
fechas, y horas de las clases
llame:

Contacto:

Mantente conectado

@uccalfreshfmc

#UCCE #HealthySelfie #UCANR