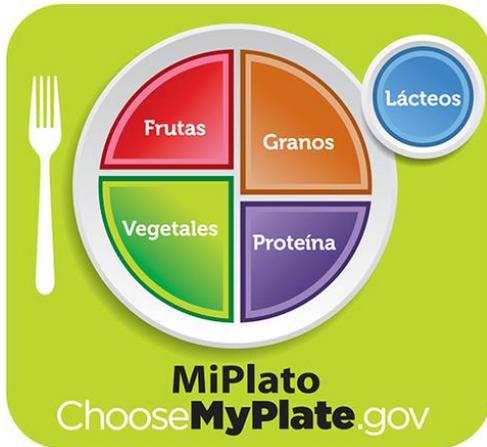


Clases de Nutrición Gratuitas

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 rapidos y saludables
- Consuma una alimentacion saludable sin salirse de su presupuesto
- La actividad fisica es esencial para vivir bien

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

Contacto:

Mantente conectado

@uccalfreshfmc

#UCCE #HealthySelfie #UCANR