

La Alimentación Moderna y sus efectos en la salud

SÁBADO 5 DE ABRIL

ALIMENT-ARTE!



En este taller tomaremos conciencia de cómo nos estamos alimentando en nuestra vida y que efectos se producen en la salud. También conoceremos las propiedades de los distintos alimentos para saber y sentir como y cuando es mejor tomarlos.

Contenidos del Taller:

- *Que entendemos por Alimentación Moderna*
- *Propiedades de los alimentos*
- *Los niveles energéticos de la Alimentación*
- *Degustación de comida*

Duración: 3 horas (10.30h-13.30h)

Lugar: "Centro ESTRELLA DE BETLEM" Rambla Brasil, 37 (Barcelona)

Aportación: 20€ (Incluye: Degustación, recetas y apuntes)

Facilitador: Xavi, Diplomado en Nutrición Humana y Dietética

CONFIRMAR ASISTENCIA AL 93 411 98 15 O 681 122 791