

Taller

Postres "SIN". Menos azúcar, más salud.

POSTRES SALUDABLES PARA LOS PEQUES

Miércoles 22 de junio a las 18:00h

Imparte:

Claudia Guerrico, Nutricionista

Gratuito previa inscripción



mindic
psicología y salud

INSCRIPCIONES:
mindicsalud.com

Más información:

Mindic Psicología y Salud

C/ José María Pemán, 25 - Entlo. - 03201 Elche

Tlf. 966 20 90 78 - 650 168 626

mindicsalud.com

¡Aprende otras opciones de postres y meriendas saludables para los más pequeños sin perder el sabor!

Llegan las vacaciones y nos vemos obligados al cambio de rutinas y hábitos, sobretodo de los más pequeños. Cada verano damos por sentado que hay que aumentar las provisiones de helados, bollerías, y golosinas ya que los niños están más tiempo en casa. Si quieres mantener buenos hábitos en vacaciones y cuidar el peso de los más pequeños, aprende a hacer postres con poca cantidad de azúcar, helados saludables y meriendas nutritivas.

Inscripciones en:
Mindic Psicología y Salud
966 20 90 78
650 168 626
www.mindicsalud.com

Desarrollo del Taller:

- Alimentación saludable en infancia, su enfoque en vacaciones
- Meriendas con bajo contenido de azúcar y sus recetas
- Elaboración de plan de almuerzos y meriendas saludables
- Lista de la compra saludable
- Lista de calorías de golosinas y bollerías

Gratis
previa
inscripción

Fecha de realización:

Miércoles 22 de junio
a las 18:00h

Última fecha para apuntarse:

Lunes 20 de junio