

Talleres de Alimentación Saludable





Nuestro Objetivo

Los hábitos alimentarios adquiridos en los primeros años de vida tienen una gran continuidad en la edad adulta, por ello, cuanto más saludables sean, menor será el riesgo de enfermedades.

Educar en los principios una alimentación saludable y en el **desarrollo de una actitud crítica** frente al flujo constante de mensajes publicitarios sobre alimentos y sus propiedades es imprescindible y necesario si queremos frenar el desarrollo de enfermedades derivadas de desequilibrios alimentarios .

Queremos **despertar el interés por una Alimentación Sana**, sobre todo, que aprendan **cómo hacerlo disfrutando**.

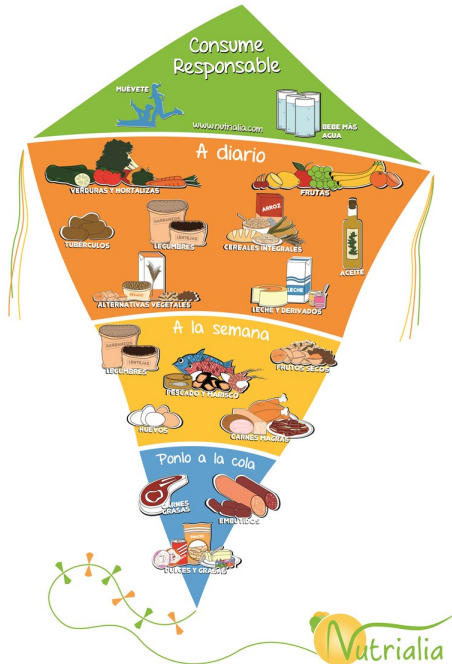




Talleres de Alimentación Saludable

Cómo lo hacemos...

- En **3 sesiones de 2 horas**.
- Con actividades, dinámicas y juegos que permiten aprender de manera **agradable y divertida**.



- Con **herramientas innovadoras** que hacen del aprendizaje un juego y permiten integrar conceptos de manera sencilla.

- Con **profesionales de la nutrición cualificados** con amplia **experiencia docente**.



Talleres de Alimentación Saludable

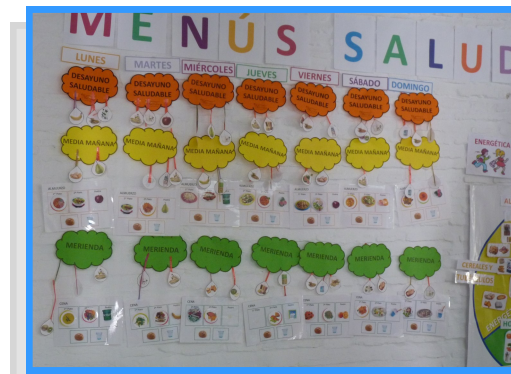


Y los contenidos...

Grupos de alimentos y recomendaciones de consumo.



Conocerán los “**secretos nutricionales**” que esconden los alimentos.



Diseño de menús saludables.



Compra bien para comer mejor

Tiempo de
Publicidad

Aprenden a interpretar la información alimentaria.
Fomentamos una **actitud crítica** y un **consumo responsable** ante la **publicidad**.

Talleres de Alimentación Saludable



Y si queréis más... se convertirán en “Nutrichef’s”



Nos ponemos los delantales para **poner en práctica todo lo aprendido**. Los **Nutrichef’s** preparan **5 menús saludables** y los degustan junto a sus familias.

Todos los contenidos se trabajan de manera amena y divertida con lo que conseguimos que niños y niñas integren los conceptos y los pongan en práctica inmediatamente en su alimentación cotidiana.

¡Comprobarán que comer sano y variado es sencillo y placentero!



Si desea más información solicítela sin compromiso...

www.nutrialia.com

info@nutrialia.com

648 037 179 - 661 161 141



www.facebook.com/Nutrialia



www.twitter.com/Nutrialia