

TALLERS de CUINA SALUDABLE

LLOC: Can Pere Ignasi (Cuina de Madò Coloma)

I.- Divendres 2 de febrer a les 20'30 h:

- CUINA AMB PRODUCTES DEL COMERÇ JUST.

A càrrec de Joana M. Galmés Llodrà, professora i membre del Casal de la Pau-S'Altra Senalla

II.- Divendres 9 de març a les 20'30 h:

- Alimentació vegetariana, de la teoria a la pràctica I. Característiques nutritives. Mites i realitat. Demostració pràctica: verdures i cereals.

III.- Divendres 13 d'abril a les 20'30 h:

- Alimentació vegetariana, de la teoria a la pràctica II: Conceptualització de l'alimentació vegetariana. Demostració pràctica: verdures, aliments proteics i fruites.

Tallers II i III a càrrec de M. Antònia Puigròs Riera, dietista-nutricionista

Inscripció: al CEPA Sud en horari d'horabaixa (971 16 00 85)

Quota inscripció: Un taller: 5 €

Els tres tallers: 10 €

Organització: Associació d'Alumnes i Persones Adultes del CEPA Sud

Amb el suport de: Ajuntament de Campos

