

Taller i xerrada Ara a Reus!

divendres 19 a les 19 h



Menges bé?

Cuina per una alimentació que busca la salut



Gratis

Impartit per

MONTSERRAT JOAN
I JOSEP MARIA LLORACH



T'esperem

19:00

divendres dia 19



RESERVA PLAÇA

- ADAPTACIÓ DE RECEPTES
- CONSELLS BÀSICS PER SABER PER ON COMENCEM A CUIDAR-NOS

La ciència de l'alimentació és molt nova i sovint ens veiem confosos per la gran varietat de dietes que existeixen i les opcions tan contradictòries que proposen. Per això en aquest taller, a part d'ensenyar-vos algunes receptes bàsiques, us aclarirem els conceptes més importants pel que fa a la nostra alimentació del dia a dia.

• TFN: 679467754