




Nutrición Saludable



DURACION	MAXIMO 1 HORAS
MONTAJE	AULA INTERIOR o EXTERIOR AISLADO. Varias sesiones
EDAD RECOMENDADA	ADULTOS a partir de 16 años. Especial también a partir de 10 años.
PARTICIPAN	Máximo 30 participantes
DESARROLLO	<p>Taller dinámico y divertido donde los participantes aprenden nociones sobre lo que es una dieta equilibrada para poder llevarla a cabo en su ámbito diario.</p> <p>Diferenciaran los distintos grupos de alimentos y sabrán en qué cantidades hay que ingerirlos con la dieta.</p> <p>Conocerán la función de cada uno de los nutrientes en el cuerpo humano, y así como la importancia que tienen en él.</p>
NECESIDADES TECNICAS	<p>Se suministra todo lo necesario, desde Mesas, si fuera necesario, hasta desinfectante de manos.</p> <p>Es conveniente tener agua corriente cerca, pero no necesario.</p>
PERSONAL	1 Monitor especializado