



TALLER ONLINE

Vegetarianismo: ¿cómo alimentarte de forma saludable y completa?



Lunes 18 de marzo



De 12.00 a 12.30 h.



Una dieta vegetariana o vegana bien planificada es una manera saludable de poder satisfacer nuestras necesidades nutricionales. Aprenderemos a organizar una alimentación vegetariana o vegana saludable, teniendo en cuenta los posibles puntos críticos en cuanto a deficiencias nutricionales.

Apúntate

Recuerda que para la correcta visualización de los talleres es imprescindible una conexión a internet estable y de buena calidad.