

CICLE DE XERRADES PER A UN ENVELLIMENT SALUDABLE

A càrrec de professionals del CAP

COM OMPLIR EL REBOST PER A UNA ALIMENTACIÓ SALUDABLE

*Quins son els aliments imprescindibles per cuidar la
nostra salut*

Com interpretar les etiquetes d'allò que comprem



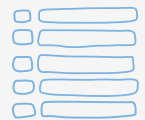
Dimarts 28 de març a les 11:30h

Sala Polivalent Biblioteca de Roda de Ter

COM DISSENYAR UN MENÚ SALUDABLE

*Quins aliments. m'aporten hidrats de carboni,
proteïnes o greixos.*

*Dissenyem un prototip de menú que pugui beneficiar la nostra
salut*



Dimarts 11 d'abril a les 11:30h

Sala de Plens de l'Ajuntament de Les Masies de Ter

LA PÈRDUA DE MEMÒRIA. QUAN ENS HEM DE PREOCUPAR?

Quins són els oblitls habituals en la gent gran?

Com puc prevenir les pèrdues de memòria?



Dilluns 24 d'abril a les 18:30h

Plaça de les 3 Fonts de Roda de Ter