

con e Se de salud

educación nutricional



tallers 2017
març-juny

per a adults i nens

apren a cuinar

adults



hamburgueses vegetals

quin dia tries?

dimecres a la tarda de 6 a 8h: ☐ 15 de març ☐ 19 d'abril ☐ 17 de maig

dijous al matí de 9.30 a 11.30h: ☐ 16 de març

tuppers de dilluns a divendres

quin dia tries?

dimecres a la tarda de 6 a 8h: ☐ 22 de març ☐ 26 d'abril ☐ 24 de maig

dijous al matí de 9.30 a 11.30h: ☐ 27 d'abril

sopars de dilluns a divendres

quin dia tries?

dimecres a la tarda de 6 a 8h: ☐ 29 de març ☐ 3 de maig ☐ 31 de maig

dijous al matí de 9.30 a 11.30h: ☐ 4 de maig

esmorzars i berenars per a nens i com fer per a que els encantin

quin dia tries?

dimecres a la tarda de 6 a 8h: ☐ 5 d'abril ☐ 10 de maig ☐ 7 de juny

dijous al matí de 9.30 a 11.30h: ☐ 8 de juny

preu **30€**

(inclou degustació i receptes)

promoció

si escull els 4 tallers
el preu és

25€/taller



aprèn a alimentar-te

adults



com llegir les etiquetes per comprar bé

dimarts a la tarda de 6 a 8h: ☐ 4 d'abril

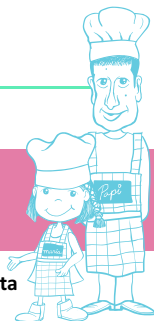
com menjar i no engreixar-se

dimarts a la tarda de 6 a 8h: ☐ 2 de maig

preu 20€ (inclou degustació i receptes)

diverteix-te en família

adults i nens



nyoquis de patata amb tomàquet i polo de plàtan amb xocolata

dissabtes matí d'11 a 1h: ☐ 29 d'abril

hamburguesa de fesols i quinoa amb xips i gelat casolà amb fruites

dissabtes matí d'11 a 1h: ☐ 27 de maig

mini pizzas de farina de cigró i gotet de iogurt "tunejat"

dissabtes matí d'11 a 1h: ☐ 17 de juny

preu adult+nen* 30€ (*1er nen gratis amb el Club Super 3)

nen adicional 10€, adult adicional 10€

(inclou degustació i receptes)

celebra el teu cumple

nens



tots els divendres!

consulteu disponibilitat

preu per nen: 12€ mínim 8 nens

(inclou activitat, taller i berenar)

con e Se de salud

educación nutricional



consulta dietètica

Especialitzada en:

- pèrdua de pes
- alimentació en l'embaràs, lactància i inici de l'alimentació complementària
- alimentació familiar

www.conesedesalud.com



Yolanda Anfrons Rincon

Tècnic Superior en Dietètica

yolanda@conesedesalud.com

635 20 24 42 

Closa de Mestres, 15 · 43204 Reus