



EFNEP

Talleres de Nutrición

Gratis

Fecha:

Miércoles:

Enero 9, 16, 23, 30

Febrero 6, 13

Hora:

5:30pm

Lugar:

Lemon Grove Library

3001 School Lane

Lemon Grove, 91945

Idioma:

Español/inglés

Expanded Food & Nutrition Education Program
Condado de San Diego

Coma Bien • Manténgase Activo

Los Temas Serán:

- Bienvenidos
- ¡A Movernos!
- Planee, Compre, Ahorre
- Consuma Más Frutas Y Vegetales
- Coma Más Granos Integrales
- La Proteína Baja En Grasa Es Mejor
- Desarrollemos Huesos Fuertes
- A Cambiar Costumbres
- ¡A Celebrar!

Incluyen Incentivos

Reciben un certificado al terminar los talleres de la Universidad de California Extensión Cooperativa.

UC | **Universidad de California**
CE | **Agricultura y Recursos Naturales**
Cooperative Extension



EFNEP
SAN DIEGO

Este trabajo es/fue apoyado por el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA), el Instituto Nacional de Alimentos y Agricultura, y el Programa Ampliado de Educación sobre Alimentos y Nutrición. Cualquier opinión, hallazgo, conclusión o recomendación expresada en esta publicación es del autor o autores, y no refleja necesariamente el punto de vista de USDA.