

Cornell University Cooperative Extension Presenta Curso De Nutrición **Gratis**

Aprenderá Acerca de:

- Nutrición Básica/ MiPlato
- Tamaño de la Porción
- Higiene al preparar alimentos
- Planificación de un menú
- Compra de alimentos y presupuesto
- Preparación de comidas
- Cómo alimentar a los niños
- Actividad física

Fecha: _____

Hora: _____

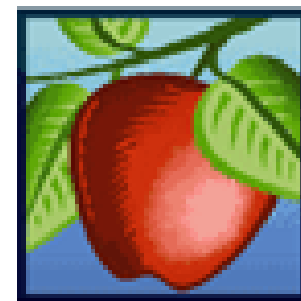
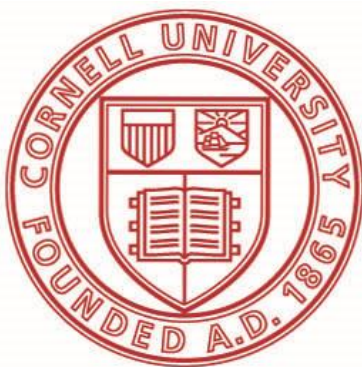
Lugar: _____

Ven y Juntos Nos Divertiremos.

Tendremos 8-10 talleres.

Usted preparará recetas nutritivas y deliciosas
y probará nuevos alimentos.

Quienes asistan por los menos a 6-8 sesiones
recibirán un **certificado** de
Cornell University Cooperative Extension.



EFNEP