OPCIONES MAS SALUDABLES QUE LE ENCANTARAN A TU FAMILIA

CLASES GRATUITAS DE NUTRICION Y VIDA SALUDABLE

TALLERES DE ZOOM

**5:00 a 6:00 PM**

Abril 13: ¿Qué significa la comida saludable? ¿Cómo podemos costearla?

Abril 20: Compra inteligente de frutas y vegetales

Abril 27: Tomar decisiones entre comprar comida que uno necesita en vez de comida que uno quiere

Mayo 4: Presupuestar alimentos de forma fácil

Los participantes pueden solicitar la entrega de una caja de productos alimenticios sin contacto a su casa el día del taller.

El espacio es limitado

Para registrarse favor de llamar o mandar un correo electrónico a:

Araceli Sepulveda

[asepulveda@peoplesrc.org](mailto:asepulveda@peoplesrc.org) o (630) 682-5402 extensión 221