



Horas	Título
17:00 a 17:45	Etapas 1: Charla “Alimentación Saludable y Sostenible: Cuidando nuestra salud y el planeta”
	¿Qué es la alimentación saludable?
	¿Qué es la alimentación sostenible?
	La relación entre alimentación saludable y sostenibilidad
	Consejos prácticos para una alimentación saludable y sostenible
17:45 a 19:00	Etapas 2: Talleres prácticos
	Taller 2. 1. Alimentos de temporada
	Taller 2.2 Planifica tu dieta de forma saludable y sostenible