



- INICIO
- ALCOBENDAS
- ALGETE
- COLMENAR VIEJO
- TRES CANTOS
- S.S DE LOS REYES
- GUADALIX DE LA SIERRA
- BO
- MIRAFLORES DE LA SIERRA
- SOTO DEL REAL
- COVID19
- ONDA CERO MADRID NORTE ▾
- MN24H TV | VIDEOS

EDUCACIÓN | ALCOBENDAS

Alcobendas, curso para aprender a comer equilibrado, seguro y saludable



Publicado 22 horas atrás el 27/04/2021
Por **Nota de Prensa**



- **Gratuito, los días 5 y 12 de mayo**

Ayto. de Alcobendas.– Con el curso Alimentación saludable, trastornos alimentarios y dietas mágicas, que impartirán profesionales del Servicio de Salud, aprenderás cómo la alimentación y los hábitos saludables influyen positivamente en la salud y también en la prevención de enfermedades.

Este curso gratuito se impartirá los miércoles 5 y 12 de mayo, de 10 a 12 h, en el Centro de Arte Alcobendas, con todas las garantías sanitarias: control de aforo, uso de mascarilla y distancia interpersonal.

Autoescuela Merinero

<http://autoescuelamerinero.es>
Todos los permisos y cursos profesionales

Sobrepeso, factor de riesgo

El exceso de peso es un problema de salud pública; en España, más de la mitad de la población mayor de 18 años está por encima de su peso normal. El sobrepeso es un factor de riesgo que incrementa la posibilidad de padecer numerosas enfermedades.

Para perder peso, hay que huir de las llamadas dietas milagro. Para bajar unos kilos es necesario disminuir las calorías que comemos y aumentar lo que gastamos, logrando el llamado balance negativo, que supone que el cuerpo utilice las reservas acumuladas en la grasa.

Para que una dieta sea óptima tiene que cumplir unas características: segura, equilibrada, saludable, agradable y económica. Las plazas de este curso son limitadas. La inscripción es gratuita y se realiza llamando al teléfono 91 663 70 01 (extensión 4016).

Restaurante El Torreón Del Pardo

En el monte de El Pardo, alta cocina tradicional. Eventos inolvidables. <http://www.restau>

Mercapiel

La fábrica de peletería de Madrid <http://www.mercapiel.c>



HAZLO X MADRID

Artículos Relacionados: