



a c c u  
b i z k a i a

## TALLER DE ALIMENTACION CONSCIENTE PARA MADRES Y PADRES DE LA ASOCIACIÓN DE CROHN Y COLITIS ULCEROSA



### **¿Que aprenderás en este taller?**

- A conocer la relación de los alimentos con las emociones y como pueden afectar a la enfermedad.
- Descubrirás que alimentos son más saludables y como cocinarlos y cuando comerlos y con que mezclarlos para favorecer la salud digestiva.

### **Resultados durante el periodo de los talleres**

Se dará orientación para llevar a la práctica lo que se aprende y observarás un mayor confort de salud.

## **METODOLOGÍA**

Será interactiva y se adaptará a las necesidades del grupo por lo que lo hará práctico para el día a día, incluye a los niños.

## **HORARIOS**

<b>Junio</b>	<b>7 y 9 14 y 16</b>	<b>de 17:00 a 19:00</b>
<b>Julio</b>	<b>5 y 7 12 y 14</b>	<b>de 17:00 a 19:00</b>
<b>Septiembre</b>	<b>20 y 22 27 y 29</b>	<b>de 17:00 a 19:00</b>
<b>Octubre</b>	<b>4 y 6 11 y 13</b>	<b>de 17:00 a 19:00</b>
<b>Noviembre</b>	<b>8 y 10 15 y 17</b>	<b>de 17:00 a 19:00</b>
<b>Diciembre</b>	<b>13 y 15 20 y 22</b>	<b>de 17:00 a 19:00</b>

**Para apuntarse:**

**mail a [santeargybay@gmail.com](mailto:santeargybay@gmail.com)**

**Magdalena ,whatsapp 605714932 (dejando nombre)**

**[www.magdalenabacete.com](http://www.magdalenabacete.com)**