



# TALLERES gratuitos

## cocina en familia



### Fast food saludable. Viernes, 23 de febrero

- Taller, dirigido a adolescentes y a familias con hijos adolescentes.
- Te interesa especialmente este taller, a ti y a ellos, porque aprender a cocinar puede ser una gran herramienta que les libere de comer este tipo de productos sin medida.



**Comunidad  
de Madrid**

### Desayunos divertidos. Viernes, 9 de marzo

- Taller dirigido a familias con niños y no tan niños.
- En este taller aprenderemos a hacer desayunos más creativos y divertidos.
- Ven, lo pasaremos genial preparando desayunos nutritivos, ricos y saludables.
- Para tus hijos, para ti, para toda la familia!!!



**Ayuntamiento  
de  
Patones**

### Menú saludable. Viernes, 23 de marzo

- Taller dirigido a todos los públicos porque realizar un menú saludable no entiende de edades.
- Porque comer tiene que ser un acto de disfrute, nos divertiremos cocinando platos resultones, divertidos y nos convertiremos en grandes chefs.

*Porque cualquier camino se comienza con un solo paso, da el paso y apúntate a estos talleres. No te arrepentirás.*

## INFORMACIÓN GENERAL A TODOS LOS TALLERES

Horario de realización de los talleres de 17:00 a 19:00 h. Lugar: Pendiente de confirmar

Información en inscripciones: Ayuntamiento de Patones. Preguntar por Ana (AEDL). Tfno: 91 843 2026