

# Taller de alimentación saludable para personas mayores

**Sesión divulgativa: la merienda saludable y la dieta mediterránea en su vertiente alimentaria, social y cultural**

## Objetivos

- Promover la dieta mediterránea como patrón de alimentación saludable y sostenible
- Sensibilizar sobre alimentación y nutrición para un envejecimiento saludable
- Informar sobre alimentación en enfermedades crónicas frecuentes
- Resolver dudas sobre alimentación y nutrición
- Promover la alimentación segura en el hogar

## Lugares y horarios

- Manacor e Inca (centros socioculturales): 26 de abril, 3 y 10 de mayo
- Palma (FELIB): 17, 24 y 31 de mayo
- Horario: de 16.30 a 18.00 h

## Reservas

971 505 792

971 551 348

Organización



Participación

Col·legi Oficial de  
Dietistes-Nutricionistes  
de les Illes Balears

