Èxit del taller sobre alimentació i salut amb Pilar Sala, a Figueres

Organitzat pel grup Iris, es realitzarà una segona sessió per aprofundir en el tema



Més d´una cinquantena de persones al taller

Més d'una cinquantena de persones van assistir al taller sobre alimentació i salut que es va fer a Figueres, organitzat pel Grup Iris. La combinació d´esport i bona alimentació és una de les claus per intentar tenir una millor qualitat de vida i prevenir possibles entrebancs en la nostra salut.La nutricionista Pilar Sala, especialista en oncologia i nutrició infantil va impartir aquest taller, al local de l'associació per parlar de quina alimentació cal seguir preventiva de càncer, de com cuinar per evitar generar tòxics i dels menús més apropiats per millorar la nostra salut, entre d'altres temes. Per completar aquesta informació i parlar de quina alimentació seguir en situació de malaltia activa es farà un segon taller el 10 de febrer.

Font del document:
http://www.emporda.info/salut/2017/01/30/exit-del-taller-sobre-alimentacio/343762.html?utm_source=rss