

TALLER DIETA PALEOLÍTICA



Jueves 23 de febrero
18.00horas a 20.00 horas

Fundación Tejerina
José Abascal, 40 – Planta sexta

La Dieta Paleolítica apuesta por **recuperar la forma y la salud** basándose en la alimentación de nuestros ancestros: carne, pescados y mariscos así como frutas, verduras, huevos y frutos secos; evitando los alimentos procesados y azúcar.

El **Dr. Alberto Alonso** te hablará sobre su experiencia personal con esta Dieta Paleolítica y te explicará los beneficios y en qué consiste el Estilo de Vida Paleo.

Después abriremos un coloquio para preguntarle todas nuestras dudas, probar productos Paleo y

**tomar un vino español
¡que también es Paleo!**

Vino español ofrecido por **Marisa Fernández Cocina Natural**

Inscripción gratuita a través de www.cpm-tejerina.com

Organiza:



**PUNTO de
ENCUENTRO**
Salud, Cultura y Sociedad

A M M D E

Patrocina:



TALLER DIETA PALEOLÍTICA



Jueves 23 de febrero
18.00horas a 20.00 horas

Fundación Tejerina
José Abascal, 40 – Planta sexta

La Dieta Paleolítica apuesta por **recuperar la forma y la salud** basándose en la alimentación de nuestros ancestros: carne, pescados y mariscos así como frutas, verduras, huevos y frutos secos; evitando los alimentos procesados y azúcar.

El **Dr. Alberto Alonso** te hablará sobre su experiencia personal con esta Dieta Paleolítica y te explicará los beneficios y en qué consiste el Estilo de Vida Paleo.

Después abriremos un coloquio para preguntarle todas nuestras dudas, probar productos Paleo y

**tomar un vino español
¡que también es Paleo!**

Vino español ofrecido por **Marisa Fernández Cocina Natural**

Inscripción gratuita a través de www.cpm-tejerina.com

Organiza:



**PUNTO de
ENCUENTRO**
Salud, Cultura y Sociedad

A M M D E

Patrocina:

