UCCE Connects to You!

Making nutrition education available to all Californians

Aprenda como mantenerse saludable con nuestro programa VIRTUAL: *¡UCCE Se Conecta Contigo!*

Los participantes pueden completar esta serie de talleres de vida saludable en casa atreves de clases educativas a distancia y en vivo. Además, cada participante recibirá materiales de estudio en casa incluyendo recetas saludables y consejos útiles. Conéctese regularmente con los educadores en nutrición de la Universidad de California por medio de la plataforma Zoom. En la sesión Zoom podrá revisar el contenido de las lecciones, hacer preguntas y obtener apoyo. Al completar el programa, los participantes recibirán un certificado de graduación y artículos de refuerzo para una vida saludable. Nuestro objetivo es mejorar la salud de las familias que viven en California.

Los participantes aprenderán como…

- Hacer elecciones de comidas saludables.
- Ahorrar dinero en la tienda de comida.
- Mantener sus familias en forma y saludables.
- Planear y preparar comida sabrosa a bajo costo.

EFNEP Expanded Food and Nutrition Education Program | UNIVERSITY OF CALIFORNIA Agriculture and Natural Resources

FRANK D. LANTERMAN REGIONAL CENTER

10:00A.M.-12:00P.M.

Sesiones en Espanol

¡Martes!

6/07/2022: Introducción y registración

6/14/2022: ¡A moverse! Planifique, compre y ahorre

6/21/2022: Frutas y verduras & Granos integrales

6/28/2022: Fortalezca sus huesos & Coma proteinas bajas en grasa

7/05/2022: Haga un cambio

7/12/2022: ¡Celebre!

El espacio es limitado. Por favor complete el registro usando el siguiente enlace:

https://us02web.zoom.us/meeting/register/tZ0pdu-vpz0tHde1lhURsX18-3hQdd9CZBmE

Para mas informacion contactenos a (213)252-4986 pregunte por el Sr. Joe Perales

The Expanded Food and Nutrition Education Program (EFNEP) is a federally-funded program through the United States Department of Agriculture National Institute of Food and Agriculture (USDA NIFA). It is the policy of the University of California (UC) and the UC Division of Agriculture & Natural Resources not to engage in discrimination against or harassment of any person in any of its programs or activities. Inquiries regarding ANR's nondiscrimination policies may be directed to UCANR, Affirmative Action Compliance & Title IX Officer, University of California, Agriculture and Natural Resources, 2801 Second Street, Davis, CA 95618, (530) 750-1343.