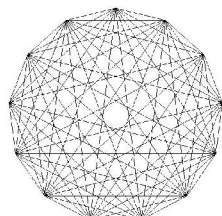


IMPULSA PAUSA

Proyecto de inmersión rural para jóvenes urbanos



“MI DON ES TU ENSEÑANZA”

Hola mi nombre es Gema Ruiz. Llevo 20 años viviendo en la Vera y 18 trabajando profesionalmente en la cocina saludable.

CONMIGO PODRÁS APRENDER:

A tener una buena base en alimentación y a traer conciencia sobre la salud de los alimentos en nuestro organismo.

REALIZANDO LAS SIGUIENTES TAREAS:

- Conocer la importancia de las proteínas en nuestra salud y a diferenciar las proteínas vegetales de las animales.
- Realizaremos recetas saludables y sencillas que te puedas llevar a casa.

¡ Ven a conocer la Vera, un paraje de abundancia, aguas, bosque y naturaleza. Empápate de una EXPERIENCIA ÚNICA para ti y aprende a cuidarte de una forma sencilla, fácil y cercana.