

Con el objetivo de apoyar a las personas de la tercera edad durante esta emergencia sanitaria, se diseñó el Taller de Nutrición para Adultos Mayores, donde a través de ingeniosas recetas podrán cocinar ricos y saludables platos.

La idea central de este proyecto -que se realizará a través de videos y talleres online realizados por una nutricionista- es promover una alimentación equilibrada, utilizando las bebidas lácteas y cremas años dorados que se entregan a través del Programa de Alimentación Complementaria para el Adulto Mayor (PACAM).

Anuncio Patrocinado

“A través de este taller buscamos aportar y fomentar la alimentación equilibrada de los adultos mayores de las comunidades vecinas durante esta emergencia sanitaria. Por este motivo, hemos ideado un taller que sea completamente online y que les permita aprovechar los productos que tienen en sus casas para preparar recetas fáciles, ricas y nutritivas”, señaló Boiska Fort, Relacionadora Comunitaria y Encargada del programa Súper Sano de Sopraval.

Si bien, las preparaciones están dirigidas a la nutrición de los adultos mayores, la invitación a participar está abierta a familiares, cuidadores y todos quienes deseen colaborar con las personas de la tercera edad, enseñándoles a realizar cada receta o hasta cocinando para ellos.

Son seis talleres los cuales se transmitirán **cada miércoles a partir de las 18:00 horas a través de las páginas de Facebook e Instagram del programa Súper Sano de Sopraval** (@supersanosopraval), Casa Abierta Sopraval (@Casaabiertasopraval) y Somos Comunidad Sopraval (@Somoscomunidadesopraval).

Cabe destacar que el programa Súper Sano, es una iniciativa que se desarrolla hace catorce años en establecimientos educacionales municipales de la V región, promoviendo hábitos de vida y alimentación saludable.

y tú, ¿qué opinas?