Horta de Temperos

Imagem:

Idioma
Portuguese, international

Local:
Auditório do Centro Autárquico de Quarteira

É já próximo dia **9 de maio** pelas **14h30**, que a equipa do Prato Certo dinamizará no **Auditório do Centro Autarquico de Quarteira** uma sessão didática sobre Alimentação Saudável, subordinada ao tema **"Horta dos Temperos".**
Esta sessão será promovida com o apoio da Quintinha da Su e será dinamizada para a Academia do Saber.

Serão abordados conteúdos como:

- A água: as suas funções; a perda pelo organismo;
- A hidratação: diferentes níveis e recomendações hídricas.
- A desidratação: sinais e sintomas, consequências a nível de saúde

Fonte: O Prato Certo

Date:
Segunda, 9 Maio, 2022 - 14:30

Source URL (modified on 05/05/2022 - 15:34): http://www.dietamediterranica.pt/?q=pt/horta-de-temperos