

Universidad de Costa Rica
Escuela de Nutrición
Programa de Educación y Atención Nutricional Universitario
(PREANU)

CRONOGRAMA DE CURSOS Y TALLERES DIRIGIDOS AL PÚBLICO

Actividad	Información general
<p>TALLER DE VERANO: Aprendiendo juntos a comer sanamente</p> <p>Cupo: 16 personas (16 adultos y 16 niños)</p> <p><i>Descripción:</i> Taller dirigido a niños y niñas entre 7 y 10 años de edad y un acompañante adulto para el fomento de una alimentación saludable tomando como base las meriendas infantiles.</p> <p>Este taller no está dirigido a estudiantes ni profesionales en Nutrición.</p>	<p>Incluye 6 sesiones</p> <p>Inicia: Martes 19 de Enero.</p> <p>Finaliza: Jueves 4 de Febrero</p> <p>Horario: de 9:00 a 11:00 a.m.</p> <p>Costo: ₡20 000</p>

<p>CURSO CUIDADOS NUTRICIONALES EN EL EMBARAZO Y LA LACTANCIA</p> <p>Cupo: 16 mujeres embarazadas o en período de lactancia.</p>	<p>Incluye 6 sesiones</p> <p>Inicia: 27 de Enero.</p> <p>Finaliza: 3 de Marzo</p> <p>Horario: Miércoles de 9 a 11:00 a.m.</p> <p>Costo: €15.000</p>
<p>PROGRAMA ADELGACE COMIENDO SANAMENTE: CONSULTA GRUPAL</p> <p>Cupo: 16 personas</p> <p><i>Descripción:</i> Dirigido ÚNICAMENTE a personas con sobrepeso. Antes de iniciar el programa, se hará una valoración de las personas para conocer su situación nutricional.</p>	<p>Incluye 10 sesiones</p> <p>Inicia: 26 de Enero</p> <p>Finaliza: 30 de Marzo</p> <p>Horario: Martes de 1:30 a 3:30 p.m.</p> <p>COSTO: €30.000.00</p>
<p>PROGRAMA ADELGACE COMIENDO SANAMENTE: TALLER DE COCINA</p> <p>Cupo: 16 personas</p>	<p>Incluye 6 sesiones</p> <p>Inicia: 20 de Enero</p> <p>Finaliza: 24 de Febrero</p> <p>Horario: Miércoles 1:30 a 4:30 p.m.</p>

<p><i>Descripción:</i> Dirigido a personas adultas con sobrepeso que llevaron la terapia de consulta grupal.</p>	<p>Costo: €35.000.00</p>
<p>PROGRAMA ADELGACE COMIENDO SANAMENTE: TERAPIA DE SEGUIMIENTO</p> <p><i>Descripción:</i> Dirigido a personas con sobrepeso que llevaron la terapia de consulta grupal.</p>	<p>Cuarto miércoles de cada mes</p> <p>27 de Enero 24 de Febrero 24 de Marzo</p> <p>Horario: de 3:30 a 4:30 p.m.</p> <p>Costo: €3.000.00</p>
<p>PROGRAMA CONTROLE SU DIABETES COMIENDO SANAMENTE</p> <p>Cupo: 12 personas</p> <p><i>Descripción:</i> Dirigido UNICAMENTE a personas adultas con diagnóstico de diabetes tipo 2.</p>	<p>Incluye 9 sesiones</p> <p>Inicia: 28 de Enero</p> <p>Finaliza: 25 de Marzo</p> <p>Horario: Jueves de 1:30 a 3:30 p.m.</p> <p>Costo: €30.000.00</p>
<p>PROGRAMA CONTROLE SU DIABETES COMIENDO SANAMENTE: TERAPIA DE SEGUIMIENTO</p>	<p>Cuarto lunes de cada mes</p>

<i>Descripción:</i> Dirigido a personas con diabetes que llevaron la terapia de consulta grupal.	25 de Enero 22 de Febrero 22 de Marzo Horario: de 1:30 a 3:30 p.m. Costo: ₡3.000.00
--	---

**Para mayor información comunicarse al 2511-2166 o al correo electrónico
marco@nutricion.ucr.ac.cr**