



Curs:

Tenir cura de la teva salut 1: Higiene, alimentació i activitat física.

Objectius del curs:

- Aprendre sobre hàbits saludables.
- Conèixer com tenir una bona higiene personal.
- Conèixer sobre l'obesitat i l'alimentació saludable.
- Veure com l'activitat física ens ajuda a estar més sans.



T'interessa aquest curs en línia?

És gratuït
i accessible!

Com tots els cursos
de Capacit@.



Entra a la web de Capacit@
www.aprenambcapacita.com
per inscriure't a aquest curs.

Selecciona aquest botó
per anar a la web

Inscriure'm

o escaneja aquest codi



Un projecte de:



Amb la col·laboració de:

