



BUY. EAT. LIVE HEALTHY

Únanse a nosotros para GRATIS clases de nutrición

	Date	Time	Topic
1	sábado 6 de enero	12:30-2 PM	Bienvenido
2	sábado 13 de enero	12:30-2 PM	A Moverse
3	sábado 20 de enero	12:30-2 PM	Planifique, Compre, y Ahorre
4	sábado 27 de enero	12:30-2 PM	Frutas v Vegetales
5	sábado 3 de febrero	12:30-2 PM	Granos Integrales
6	sábado 10 de febrero	12:30-2 PM	Proteínas Magras
7	sábado 17 de febrero	12:30-2 PM	Fortalezca sus Huesos
8	sábado 24 de febrero	12:30-2 PM	Haga un Cambio

¡Los proveedores
de cuidado in-
fantil obtienen 10
créditos!

¿Preguntas? Comuníquese con Blanca Lopez 515-957-5775 blopez@iastate.edu

Situado en: Mickel Center 1620 Pleasant St, Des Moines, IA 50314

www.extension.iastate.edu/humansciences/buy-eat-live-healthy