



# ALIMENTA TU BIENESTAR

Recomendaciones y hábitos saludables que pueden ayudar a mejorar la calidad de vida.

**FECHAS:** Viernes del 14 de marzo al 13 de junio de 2025

**HORARIO:** De 12:00 a 13:30

**PREINSCRIPCIONES:** Del 1 al 6 de marzo

En recepción del Centro de Mayores y [centrodemayores@majadahonda.org](mailto:centrodemayores@majadahonda.org)

**LUGAR:** Centro Municipal de Mayores Reina Sofía