

NOTA DE PRENSA

Casa de La Juventud Mascareño

696-88-69-76

info@casadelajuventudmascareñosc.es

www.casadelajuventudmascareñosc.es

*Casa de La Juventud
Mascareño*



Santa Cruz de Tenerife, domingo 12 de abril de 2026.

La Casa de la Juventud Mascareño anuncia la acción formativa “Alimenta tu salud, aprende a comer bien”

La **Casa de la Juventud Mascareño** desarrollará del **13 al 17 de abril, a las 16:00 horas**, la acción formativa **“Alimenta tu salud, aprende a comer bien”**, una propuesta dirigida a jóvenes con el objetivo de fomentar hábitos de vida saludables a través de la alimentación.

Esta formación ofrecerá a las personas participantes conocimientos básicos sobre nutrición, promoviendo una alimentación equilibrada y consciente. A través de una metodología dinámica y participativa, se abordarán aspectos como la importancia de una dieta variada, la planificación de comidas y la toma de decisiones saludables en el día a día.

CASA DE LA JUVENTUD MASCAREÑO

ACCIÓN FORMATIVA

ALIMENTA A TU SALUD



APRENDE



A COMER



BIEN

13, 14, 15, 16, 17 DE ABRIL - 16:00H

DE 12 A 30 AÑOS / TOTALMENTE GRATUITO



La acción formativa se plantea como un espacio de aprendizaje práctico, donde los y las jóvenes podrán reflexionar sobre sus hábitos alimenticios, adquirir herramientas útiles y desarrollar una mayor autonomía en relación con su bienestar.

Con esta iniciativa, la Casa de la Juventud Mascareño continúa apostando por una programación que impulsa el desarrollo personal y la calidad de vida de la juventud, promoviendo hábitos saludables y espacios de formación accesibles.

Contacto:

696-88-69-76.

Info@casadelajuventudmascareñosc.es.

[instagram.com/casadelajuventudmascareno](https://www.instagram.com/casadelajuventudmascareno)
www.casadelajuventudmascareñosc.es