Comer sano con sin salirse del presupuesto

Materiales del Programa para Participantes · https://community.womensmoneymatters.org/resources/nutricion-saludable-sin-romper-su-presupuesto/

Resumen del taller

Compra inteligente en el supermercado

Consejos para comer mejor con poco presupuesto

Folleto: Comer con un Presupuesto

Ejercicio de Receta de Entrenadora y Participante

Ejercicio de entrenamiento