**![MCj04376360000[1]]()** **Programa Familiar**

**La proteína magra y la olla de cocción lenta**

1. Podré alimentar a mi familia con alimentos más saludables gracias a la clase.

 🞏 Estoy completamente de acuerdo 🞏 De acuerdo

 🞏 No estoy de acuerdo 🞏 Completamente en desacuerdo

2. Me siento más apto para hacer ejercicio solo o con mi familia gracias a la clase.

 🞏 Estoy completamente de acuerdo 🞏 De acuerdo

 🞏 No estoy de acuerdo 🞏 Completamente en desacuerdo

1. ¿Le recomendaría este programa a otras familias? 🞏 Sí 🞏 No
2. La olla de cocción lenta me ayudará a preparar comidas más sanas.

 🞏 Estoy completamente de acuerdo 🞏 De acuerdo

 🞏 No estoy de acuerdo 🞏 Completamente en desacuerdo

1. Una forma que aprendí para aumentar el consumo de la proteína magra es:
2. Lo que más me gustó de esta sesión fue:
3. Para mejorar este programa les recomendaría:
4. ¿Cuál es su opinión sobre la comida preparada hoy?

Receta No me gusta nada Me encantó

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 🞏1 🞏2 🞏3 🞏4 🞏5

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 🞏1 🞏2 🞏3 🞏4 🞏5

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 🞏1 🞏2 🞏3 🞏4 🞏5

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 🞏1 🞏2 🞏3 🞏4 🞏5

Comentario: