



Universidad  
de Concepción



OTEC-UdeC  
Certificación NCh 2728  
2021-2024



Centro de Vida Saludable  
Universidad de Concepción



# Curso de “Batch Cooking y Alimentación consciente: Técnicas para una alimentación saludable” en el ambiente laboral y/o universitario.



Lugar: Centro de vida saludable



Duración: 2 semanas



Dirigido: Trabajadores y estudiantes  
(Abierto a la comunidad)



Modalidad: Presencial



Inicio: Al completar cupos se informará la fecha.

## Módulo 1



Batch Cooking: Sistema de planificación de menús saludable para la semana en táper

## Módulo 2

Alimentación consciente

Para mayor información  
vidasaludable@udec.cl o  
al +569 6676 7826