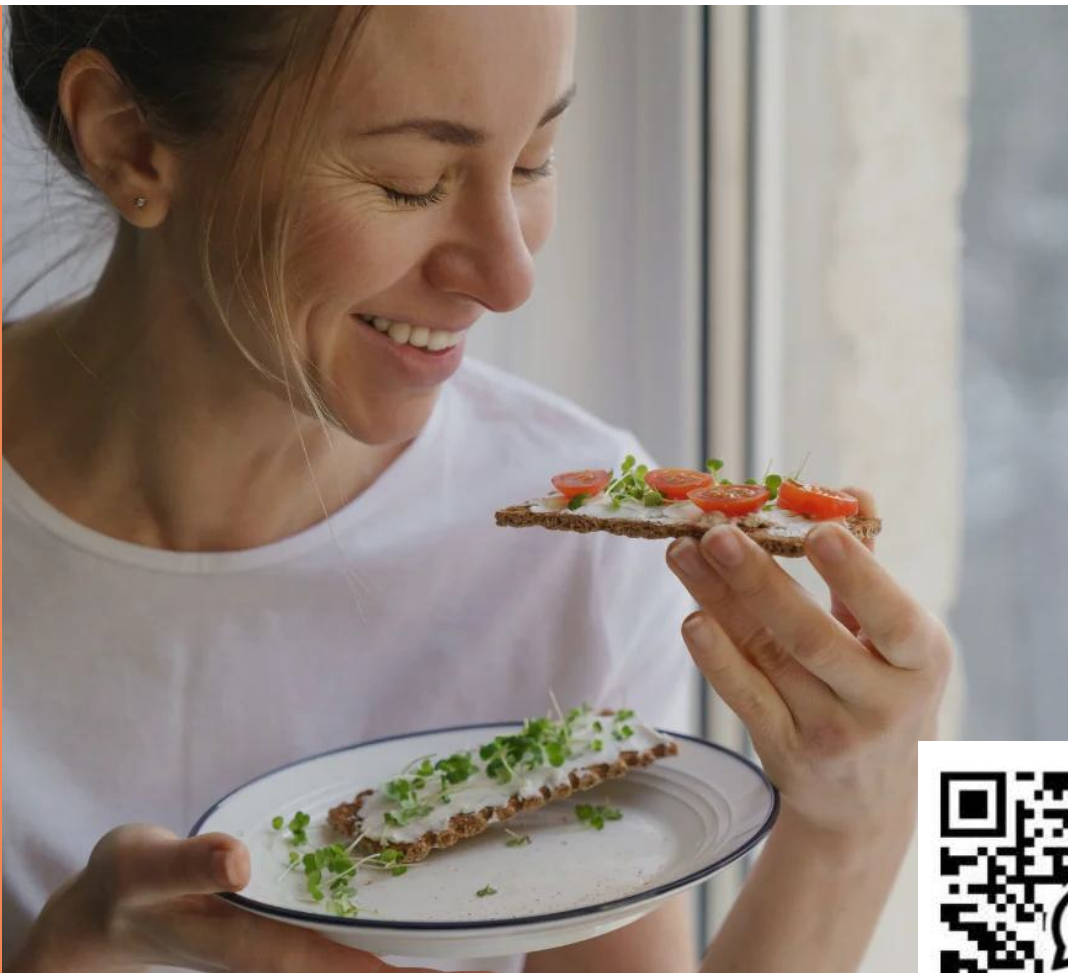


Curso asíncrono

# Gastrosofía:

## sabor, salud y sustentabilidad.

Disfruta, protege la naturaleza y cuida tu cuerpo con cada bocado.



Informes





# ACERCA DEL CURSO

COA Contigo te da la bienvenida al **curso Gastrosofía: sabor, salud y sustentabilidad** diseñado como una guía para:

- crear nuevas experiencias gastronómicas sin culpas,
- elegir ingredientes nutritivos sin sacrificar el sabor,
- proteger la naturaleza en cada bocado y
- disfrutar al máximo la alimentación saludable.





# DIRIGIDO A TODA PERSONA INTERESADA EN

- disfrutar comida nutritiva sin dañar el planeta,
- probar nuevos sabores para fortalecer su autonomía alimentaria y
- lograr una conexión entre sabor, nutrición y cuidado del medio ambiente.



Informes







# OBJETIVO DE APRENDIZAJE

Al finalizar el curso, construirás experiencias de nuevo sabores saludables, a través de elegir ingredientes nutritivos para disfrutar la comida sin culpas y con protección a la naturaleza.



Informes



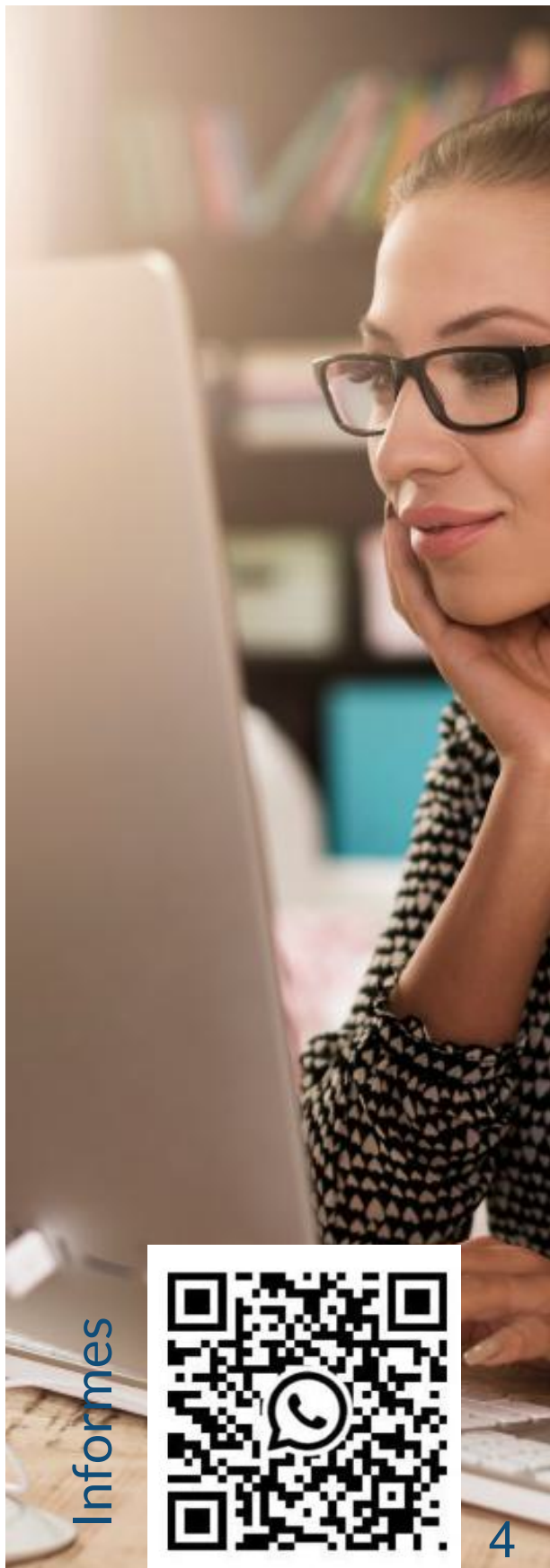
# ESTRUCTURA DEL CURSO

El curso Gastrosufía: sabor, salud y sustentabilidad está dividido en 4 temas:

- Definición de gastrosufía.
- Construcción del sabor.
- Lograr salud.
- Dieta sustentable.

Cada tema incluye:

- clase grabada,
- resumen,
- formato como herramienta de apoyo para realizar la actividad de aprendizaje.





# METODOLOGÍA DE APRENDIZAJE



- 1 Revisa la clase grabada y toma notas.
- 2 Lee el archivo del resumen y complementa con tus notas previas.
- 3 Descarga las hojas de apoyo para realizar las actividades de aprendizaje.
- 4 Repite el proceso para cada tema del curso.
- 5 Después de concluir con la revisión, lectura y realizar las actividades, contesta el cuestionario.
- 6 Una vez concluidos todos los requisitos, envía mensaje o correo para solicitar tu constancia de participación.
- 7 Si durante el proceso tienes dudas o comentarios, envía un correo a [coa@coa-nutricion.com](mailto:coa@coa-nutricion.com)





**COA CONTIGO**  
DISFRUTA VIVIR



El curso está diseñado para concluirlo en 1 mes:

- invertir 2 horas a la semana para revisar todos los recursos disponibles por tema.

Sin embargo el curso estará abierto durante 24 meses, tiempo en el que podrá concluirse y obtener la constancia de participación.

Informes



# INSTRUCTORA DEL CURSO

## DRA. JULIETA PONCE SÁNCHEZ

Nutricionista y doctora en Derechos humanos. Capacitación en Antropología del campo, Agroecología y Sistemas alimentarios y en Análisis de Políticas Públicas.


Fundadora de COA Nutrición y directora del área de intervención. Amplia experiencia docente.

Especialista en orientación alimentaria y manejo nutricional de enfermedades metabólicas desde la niñez hasta personas adultas mayores desde un enfoque de derechos humanos.





# FORMA DE INSCRIPCIÓN

- ☐ Ingresa <http://www.coa-nutricion.com/oferta.php>
- ☐ Da clic en el ícono del curso: 
- ☐ Realiza el pago del curso, desde la página web o por transferencia.
- ☐ Envía por WhatsApp (55 7293 4276):

- Comprobante de pago.
- Nombre completo.
- Fecha de nacimiento: día y mes.
- Correo electrónico.

Informes



- ☐ Espera mensaje de confirmación de recepción de tu información.
- ☐ En máximo 24 horas en horario de lunes a viernes de 10:00 a 18:00 h, enviaremos un mensaje con "usuario" y "contraseña" de acceso para ingresar al curso.



# PRECIOS



- Precio general: \$300.00 MXN
- Precio en dólares americanos: \$20.00 USD

---

## FORMA DE PAGO

- Depósito en **BANORTE**
  - Cuenta No. 0563101611 a nombre de COA Nutrición SA de CV
  - Transferencia electrónica CLABE 072180005631016112
- Depósito en **BANBAJIO**
  - Cuenta No. 392223100201 a nombre de COA Nutrición SA de CV
  - Transferencia electrónica CLABE 030180900034656180
- Pago por PayPal desde la página web



Informes



## Aprendizaje que impulsan tu vida.

- Programas flexibles para avanzar a tu ritmo.
- Cursos asíncronos con videos entre 10 a 30 minutos.
- Los temas tienen un enfoque para disfrutar vivir, cuidarse, comer, relajarse y activarse.
- Actividades de aprendizaje propuestas para reforzar los conceptos aprendidos.
- Cuestionario al final del curso.
- Dirigido a cualquier persona con interés en cuidarse y disfrutar la vida al mismo tiempo.

