



La dieta
Mediterránea



Una dieta para no tener que **hacer dieta nunca.**

**Para vivir más y mejor,
nada mejor que una
dieta... mediterránea.**

Comer sano y variado para crecer
feliz: **Pescado, Verdura, Fruta ...**
Así nos lo enseñaron y así debe ser.

Concejalía de Bienestar Social y Sanidad
SALUD PÚBLICA: TU SALUD

Servicios
Municipales
de Salud,

Murcia te cuida
Ayuntamiento de Murcia



Murcia

www.ayuntamientomurcia-salud.es