

Free Prenatal and Gestational Diabetes Culinary Workshops



In partnership with NYC Health, join us to learn all about gestational diabetes and culinary nutrition.

Workshop Topics and Dates

Session 1: Understanding the Pregnant Body and Blood Sugar Control in Pregnancy
Wednesday, May 1st, 2024 | 12 to 1:30 p.m.

Session 2: Nutrition and Meal Planning for Pregnancy
Wednesday, May 8th, 2024 | 12 to 1:30 p.m.

Session 3: Gestational Diabetes, Managing Stress with Mindful Movement and Meal Prep
Wednesday, May 15th, 2024 | 12 to 1:30 p.m.

Location: SBH Teaching Kitchen, 4507 Third Avenue, Bronx, NY 10457

Contact us for more information at SBHTeachingKitchen@sbhny.org or call at (718) 960-3843



To Register visit,
bit.ly/PrenatalNutritionSeriesBX
Or scan the QR code



Talleres gratuitos de cocina prenatal y sobre la diabetes gestacional



En colaboración con NYC Health, únase a nosotros todo sobre la diabetes gestacional y la nutrición culinaria.

Fechas de los talleres

Sesión 1: Comprender el cuerpo de la embarazada y la sangre Control del azúcar en el embarazo

Miercoles, 1 de Mayo del 2024, de 12 p. m. a 1:30 p. m.

Sesión 2: Nutrición y planificación de comidas para el embarazo

Miercoles, 8 de Mayo del 2024, de 12 p. m. a 1:30 p. m.

Sesión 3: Diabetes gestacional, control del estrés con movimiento consciente y preparación de comidas

Miercoles, 15 de Mayo del 2024, de 12 p. m. a 1:30 p. m.

Ubicación: SBH Teaching Kitchen, 4507 Third Avenue, Bronx, NY 10457

Contáctenos para obtener más información SBHTeachingKitchen@sbhny.org o llame al (718) 960-3843



Visita para registrarte,
bit.ly/PrenatalNutritionSeriesBX
O escanea este código QR

