

conocieron de primera mano las excelencias de un buen desayuno saludable, que consistió en pan con aceite, leche, café y fruta variada (naranjas, piña, manzanas, plátanos y cerezas).

Antes de desayunar, se llevó a cabo una charla informativa, en la que se explicó a los asistentes la importancia que el desayuno tiene sobre la salud, además de los alimentos que se deben incluir como son hidratos de carbono (pan, cereales...), lácteos (leche, yogur, queso...) y fruta o zumo.



## Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, perspectivas terapéuticas



La I Semana Municipal de la Salud que se ha llevado a cabo hasta el 31 de mayo en el municipio, una iniciativa de la concejalía de Sanidad e Igualdad de Oportunidades del Ayuntamiento de Móstoles, en coordinación con las asociaciones socio-sanitarias e instituciones del sector de la salud del municipio, acogió también la conferencia-coloquio Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, perspectivas terapéuticas organizado por A.M.D.E.M. Al acto asistió Paloma Tejero, Concejala de Sanidad e Igualdad de Oportunidades.



# Mirador de Montaña