

## **Más de 2.000 familias se unen a la revolución alimentaria en la 'NutriSemana Familiar' de María Marqués**

**Cuatro días de transformación que prometen cambiar la forma de gestionar la alimentación en el hogar, ahorrando tiempo y dinero mientras fomentan la armonía en la mesa**

'NutriSemana Familiar', organizada por María Marqués, dietista y nutricionista experta en alimentación infantil y familiar, ha desbordado las expectativas con más de 2.000 familias inscritas. Este innovador evento, que estará del 21 al 24 de octubre a las 19h, está pensado para ayudar a las familias a rediseñar su enfoque hacia la alimentación, la compra, la cocina y la educación alimentaria con los hijos.

Durante cuatro intensos días en vivo y en directo, las familias aprenderán las claves para transformar su rutina alimentaria. Esta 'NutriSemana Familiar' no solo promete enseñarte la metodología para ahorrar hasta tres horas semanales en la cocina y reducir el presupuesto mensual en comidas hasta en un 15%, sino algo también muy importante: disfrutar de momentos de calidad en la mesa sin gritos, chantajes ni estrés.

"Estamos viviendo un momento crucial en la forma en que nos relacionamos con la comida y con nuestros hijos alrededor de la mesa", afirma María Marqués.

"La Nutrisemana Familiar es una oportunidad única para que las familias se reencuentren con el placer de comer juntos, promoviendo un ambiente de respeto y disfrute".

Los participantes aprenderán cómo abordar los conflictos que a menudo surgen en la mesa, estableciendo un clima familiar donde la comunicación y la convivencia sean prioridad. Pero también se prepararán para algo fundamental: cómo planificar una alimentación completa y equilibrada a la vez de empoderarse para tomar el control de la gestión de la alimentación en casa y avanzar con cambios significativos y sostenibles en su estilo de vida.

La 'NutriSemana Familiar' se ha convertido en un fenómeno en la comunidad, uniendo a familias comprometidas con un cambio real en su alimentación y bienestar. Con un enfoque práctico y accesible, este evento se rige como un faro de esperanza para aquellos que buscan mejorar su calidad de vida y la de sus seres queridos.

"No te pierdas esta oportunidad de transformar tu mesa y tu hogar. Accede a las grabaciones y únete a la revolución alimentaria", animan.

**Datos de contacto:**

Alex  
Lioc Editorial  
673034885

Nota de prensa publicada en: [España, Latinoamérica y EEUU](#)

Categorías: [Internacional](#) [Nacional](#) [Nutrición](#) [Gastronomía](#) [Educación](#) [Sociedad Infantil](#) [Emprendedores](#) [Webinars](#) [Bienestar](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>