

CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - COMO



Luogo **Lombardia, Como**
<https://www.annunci.it/x-219859-z>



CORSO DI ALIMENTAZIONE E SALUTE

L'alimentazione è uno dei fattori che maggiormente incidono sullo sviluppo, sul rendimento e sulla produttività delle persone, sulla qualità della vita e sulle condizioni psico-fisiche con cui si affronta l'invecchiamento. Inoltre una dieta corretta è un validissimo strumento di prevenzione per molte malattie e di trattamento per molte altre.

Un corretto stile alimentare contribuisce a costruire, rafforzare, mantenere il corpo e fornire l'energia quotidiana indispensabile al buon funzionamento dell'organismo.




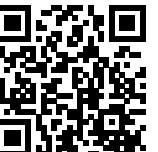






Una giusta alimentazione è dunque determinante per uno sviluppo fisico sano partendo dalla fase prenatale, poi durante l'infanzia e nelle fasi successive della vita.

Una dieta bilanciata, combinata a uno stile di vita attivo che prevede la pratica quotidiana di attività fisica, aiuta a mantenere un peso corporeo adeguato, permettendo una crescita più armoniosa da un punto di vista fisico e più serena da un punto di vista psicologico.

Questo corso si rivolge a tutti coloro che vogliono ritrovare e/o mantenere la salute grazie ad un corretto stile alimentare.

Il corso si compone di 12 video lezioni corredate di altrettanti PDF e questionari di autovalutazione.

Il materiale sarà subito scaricabile dopo una volta effettuato il pagamento. Per aver ragione del codice di accesso al corso, cliccate sul QR code.

 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - COMO https://www.annunci.it/x-219859-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - COMO https://www.annunci.it/x-219859-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - COMO https://www.annunci.it/x-219859-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - COMO https://www.annunci.it/x-219859-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - COMO https://www.annunci.it/x-219859-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - COMO https://www.annunci.it/x-219859-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - COMO https://www.annunci.it/x-219859-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - COMO https://www.annunci.it/x-219859-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - COMO https://www.annunci.it/x-219859-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - COMO https://www.annunci.it/x-219859-z
---	--	--	--	---	--	--	--	--	--