

CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - ISERNIA



Luogo **Molise, Isernia**
<https://www.annunci.it/x-343447-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 22 lezioni, 10 generali e 12 di approfondimento. Le lezioni generali sono disponibili in formato video e audio, mentre le lezioni di approfondimento sono disponibili solo in formato video. Per scaricare il materiale scaricate l'app e una volta installata, cliccate il pulsante "Avver" e riceverete via e-mail con un codice. Chiudete l'app e cliccate il pulsante "Avver" e riceverete via e-mail con un codice. Chiudete l'app e cliccate il pulsante "Avver" e riceverete via e-mail con un codice.

 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - ISERNIA https://www.annunci.it/x-343447-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - ISERNIA https://www.annunci.it/x-343447-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - ISERNIA https://www.annunci.it/x-343447-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - ISERNIA https://www.annunci.it/x-343447-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - ISERNIA https://www.annunci.it/x-343447-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - ISERNIA https://www.annunci.it/x-343447-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - ISERNIA https://www.annunci.it/x-343447-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - ISERNIA https://www.annunci.it/x-343447-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - ISERNIA https://www.annunci.it/x-343447-z	 CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - ISERNIA https://www.annunci.it/x-343447-z
--	---	---	---	--	---	---	---	---	---