

CORSO ON LINE ALIMENTAZIONE E SALUTE - TERNI



Luogo **Umbria, Terni**
<https://www.annuncici.it/x-403528-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 7 lezioni teoriche di altrettanto ore. A questo punto è possibile eseguire l'autovaluazione.

Il materiale sia scaricabile o scaricabile su una vostra chiavetta. Per ricevere il parere positivo occorre aver r

risposto alle domande di valutazione.

Per ricevere il parere positivo occorre aver risposto alle domande di valutazione.

Per ricevere il parere positivo occorre aver risposto alle domande di valutazione.

Il corso si compone di 7 lezioni teoriche di altrettanto ore. A questo punto è possibile eseguire l'autovaluazione.

Il materiale sia scaricabile o scaricabile su una vostra chiavetta. Per ricevere il parere positivo occorre aver r

risposto alle domande di valutazione.

Il corso si compone di 7 lezioni teoriche di altrettanto ore. A questo punto è possibile eseguire l'autovaluazione.

Il materiale sia scaricabile o scaricabile su una vostra chiavetta. Per ricevere il parere positivo occorre aver r

risposto alle domande di valutazione.

Il corso si compone di 7 lezioni teoriche di altrettanto ore. A questo punto è possibile eseguire l'autovaluazione.

Il materiale sia scaricabile o scaricabile su una vostra chiavetta. Per ricevere il parere positivo occorre aver r

risposto alle domande di valutazione.

CORSO ON LINE

ALIMENTAZIONE E SALUTE -

TERNI

<https://www.annuncici.it/x-403528-z>

CORSO ON LINE

ALIMENTAZIONE E SALUTE -

TERNI

<https://www.annuncici.it/x-403528-z>

CORSO ON LINE

ALIMENTAZIONE E SALUTE -

TERNI

<https://www.annuncici.it/x-403528-z>

CORSO ON LINE

ALIMENTAZIONE E SALUTE -

TERNI

<https://www.annuncici.it/x-403528-z>

CORSO ON LINE

ALIMENTAZIONE E SALUTE -

TERNI

<https://www.annuncici.it/x-403528-z>