

ALIMENTAZIONE DI SEGNALE



Come perdere peso in modo sano,
duraturo e naturale senza contare le calorie

Martedì, 22 ottobre 2013 dalle 17,30 alle 19,30

Oltre le calorie.

L'alimentazione come segnale per attivare il metabolismo e ridurre la massa grassa.

Martedì, 5 novembre 2013 dalle 17,30 alle 19,30

Colazione da re, pranzo da principe e cena da povero.

Linee guida e regole pratiche dell'alimentazione di segnale.

Martedì, 19 novembre 2013 dalle 17,30 alle 19,30

Alimentazione, cellulite e infiammazione.

Intolleranze da sovraccarico alimentare, ritenzione idrica e cellulite.

a cura di Mauro Mezzogori, naturopata professionista

Biblioteca civica Cascina Marchesa

corso Vercelli, 141/7 (linee GTT: 4 - 46 - 50 - 51 - 75) - tel. 011 4429230
orario: lun. 15.00-19.45; mar. e mer. 14.00-19.45; da giov. a sab. 8.15-14.00
Le conferenze si terranno presso la SALA DELLE COLONNE in corso Vercelli 141