

**sabato 6 ottobre
ore 11:00**



**CICLO DI INCONTRI
SULL'ALIMENTAZIONE**



Nutrizione e Sistema Nervoso: Quali nutrienti per l'umore, la memoria, la motivazione e l'apprendimento?

RELATRICE

Dott.ssa Gisele Flores, Dietista

Laurea Magistrale in Scienze delle
professioni sanitarie Tecnico Diagnostiche,
Università degli Studi di Padova

Laurea in Dietistica,
Università degli Studi di Padova
Diploma in Naturopatia
con indirizzo Nutrizione Umana

SEDE DELL'INCONTRO

Le Stelle dell'Orsa Kundalini Yoga
Vicolo Croce Verde 4 - Verona

CONTRIBUTO €8,00 *PREVEDE UN DELIZIOSO
RINFRESCO E MATERIALE DIDATTICO*

PER PRENOTARE EMAIL gisele@fftverona.it
TEL 340 5609797

PER ULTERIORI CORSI VISITATE
www.fftverona.it

UN'ALIMENTAZIONE VARIA E BILANCIATA È FONDAMENTALE!

Ispirato al progetto europeo
"MoodFood", questo incontro ha come
obiettivo far conoscere tutti i benefici
che particolari alimenti possono
portare al nostro umore, motivazione,
apprendimento e memoria! Gli
alimenti incidono in diversi modi,
tramite il loro coinvolgimento su alcuni
ormoni e neurotrasmettitori, sostanze
fondamentali per il funzionamento e
l'equilibrio del nostro sistema nervoso.

Prevenire è meglio che rimediare!

PRENOTATE SUBITO!