

Alimentazione e Salute

Serate con professioniste del settore sanitario e del benessere per approfondire tematiche di attualità e adottare uno stile di vita salutare e consapevole

JESI

presso la sede del
Centro Turistico Giovanile "Vallesina"
in via Ancona 17/bis

INGRESSO LIBERO

INFO: tel. 0731.215917 - centroturisticogiovanile@tin.it
www.ctgjesi.it -  CTG Vallesina - JESI



PROGRAMMA:

VENERDÌ 12 MAGGIO 2017 - ore 21,15

**"CHE FIGURA!"
L'IMPORTANZA DELL'IMMAGINE SOCIALE AI GIORNI
NOSTRI**

Docente: Dott.ssa Roberta Anselmi
Psicoterapeuta cognitivo-evoluzionista, Istruttore pratica
meditativa di consapevolezza

VENERDÌ 26 MAGGIO 2017 - ore 21,15

**ALIMENTAZIONE ANTI-DOLORE:
L'EFFETTO PREVENTIVO E TERAPEUTICO DEL CIBO**

Docente: Dott.ssa Sara Magrini
Biologa Nutrizionista

VENERDÌ 19 MAGGIO 2017 - ore 21,15

**POSTURE SCORRETTE A SCUOLA:
CONSEGUENZE E CONSIGLI PRATICI PER MODIFICARE
LE CATTIVE ABITUDINI**

Docente: Dott.ssa Chiara Archetti
Personal Trainer, Educatrice Posturale

DOMENICA 28 MAGGIO 2017 - ore 9,30

**CAMMINATA CTG:
SULLA VIA DEL BENESSERE, PASSEGGIATA DIDATTICA**



a cura di:

**CENTRO TURISTICO
GIOVANILE "VALLESINA"**

con il prezioso contributo di:



Via Acquaticcio - JESI (AN)



Via Sacco e Vanzetti, 9 - ANCONA