

Percorso in 3 incontri + 3 di 1 ora e 30 ciascuno

Liberi di dimagrire, liberi di stare bene

9, 16, 23 marzo 2015 ore 21,10

presso il Centro



Dott.ssa Elisa Scalise

Professionista di Nutrizione, specializzata nel trattamento Psico-Nutrizionale dei Disturbi del Peso e Disturbi del Comportamento Alimentare e Programmazione Neuro-Linguistica (PNL)

Cell. +349 665 1571

e-mail: dr.elisascalise@gmail.com

Studi:

- Studio Medico -Via Murri, 3
- Casa di Cura Villa Toniolo - Via Toscana, 34

Sede del corso: Posturalia
Via Lelli, 24 - Rastignano (BO)

“La salute nasce dall’equilibrio armonico di un individuo, fisico e psichico ed è il risultato dei nostri pensieri e dei nostri comportamenti.” (A. Seppilli)

Partecipare al corso ti permetterà di:

- Imparare a prenderti cura di te acquisendo la capacità di gestire un sano rapporto col tuo corpo e col cibo
- Riconoscere il senso di fame e il senso di sazietà e saperli ascoltare
- Imparare ad ascoltare le emozioni come stanchezza, rabbia, noia, etc. evitando di usare il cibo come sedativo
- Smettere di vivere tra rinunce e sensi di colpa
- Imparare a riprogrammare la mente e insegnarle a pensare da magri, agire da magri, mangiare da magri, diventare magri.

Cosa fare per partecipare:

- Compilare la scheda di iscrizione per i primi 3 incontri (150 € iscrizione singola o 125 € iscrizione doppia con amica/o)
- Alla fine del 3° incontro, chi vuole, può proseguire e iscriversi ai successivi 3 incontri, alle medesime condizioni.

Per informazioni telefonare o inviare una mail

Dott.ssa Elisa Scalise
Specializzata nel trattamento Psico-Nutrizionale
dei Disturbi del Peso e Disturbi del Comportamento Alimentare, Dietista,
Professionista di Programmazione Neuro-Linguistica (PNL) e Coach del Peso

MODULO DI ISCRIZIONE a 3 incontri di Consulenza nutrizionale di gruppo, alle condizioni sotto riportate (*)	
Cognome e Nome	
Tel cellulare	
Mail	
Cod. Fiscale	
Amica/o con cui mi iscrivo	(indicare nome e cognome)

L'iscrizione agli incontri di Consulenza Nutrizionale di gruppo consente di partecipare a 3 incontri della durata di 1 ora e 30' ciascuno, per un totale di 4 ore e 30' al costo di **€ 150,00** (iscrizione singola) o **€ 125,00** (iscrizione doppia con un amica/o) anziché € 200. Il pagamento avverrà in unica soluzione al primo incontro.

Gli incontri sono a numero limitato di partecipanti: minimo 10 massimo 15 persone. Le date saranno riconfermate una volta raccolte tutte le adesioni.

Informativa Privacy

Informato/a sui diritti e sui limiti di cui al D.Lgs. 196/2003 "Codice in materia di protezione dei dati personali", esprimo il mio consenso e autorizzo al trattamento dei miei dati personali la Dr.ssa Elisa Scalise.

Firma _____