
XERRADA ALIMENTACIÓ I EMOCIONS

A càrrec de Marta Muñoz Zueras, Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica



“El que pensem genera emocions, però també el que mengem” Montse Bradford

Els aliments contenen una energia que afecta a la teva forma de ser, sentir o pensar i que genera una vibració específica en el nostre ésser. Existeix una causa-efecte entre el que ingerim i com ens sentim després.

Amb una alimentació adequada i equilibrada podem generar salut i influir en el nostre propi estat d'ànim.

Dilluns 26 de maig, a les 17h.

Hi haurà servei d'acollida gratuït per als alumnes

Cal que els apunteu prèviament a la graella que trobareu al costat de la bústia de l'AMPA (vestíbul de l'escola)
