Concello de Lugo
Concellería de Benestar Social e Igualdade

Animación Sociocultural

O MÉDICO PÚXOME A DIETA

CHARLA OBRADOIRO

"AS CLAVES PSICOLÓXICAS E NUTRICIONAIS DE ESTAR A DIETA"

- Emocións negativas e positivas (tentación, derrotismo/ satisfacción, perseverancia)
- Que é comer sano?
- Hipertensión, diabetes, obesidade…trucos para adaptarse ás indicacións médicas

IMPARTIDO POR

Marta González, Psicóloga Clínica
Lidia Carballo, Dietista - Nutricionista

XOVES, 25 DE ABRIL ÁS 19:0

CENTRO UXÍO NOVONEYRA, 2º ANDAR