

15 Martie (vineri)

Importanța educației nutriționale și a mișcării

12 Aprilie (vineri)

Mișcarea, oasele și mușchii.
Metaniile fac parte dintr-un stil de viață sănătos!

seminarii video

- Mâncarea privită prin hubloul psihoemoțional.
Schimbarea comportamentului alimentar și factorii motivaționali
- Astenia de primăvară
- Corpul de-a lungul vieții: creștere și dezvoltare.
Boli metabolice (diabetul zaharat, tiroidita autoimună, obezitatea)
- Cum este influențat organismul de perioadele de post negru.
Învățã să postești în beneficiul tău!
- Detoxifierea și programele DETOX
sau o altă versiune a romanului „De la Pământ la Lună”
- Secretul celor patru tineri din Babilon: fitonutrienții
- Alcoolul – între veselia inimii și noaptea minții
- Câteva diete populare și știința (sau neștiința) din spatele lor
- Dieta și imunitatea
- Hrana și sănătatea minții