



Università Popolare di Camponogara

fondata nel 2001

Con sedi staccate in Campagna Lupia, Fossò, Stra, Vigonovo, Fiesso d'Artico, Pianiga, Brugine, Marcon e Saonara.

LA NUTRIZIONE E LO STATO DI SALUTE

OBIETTIVI

Obiettivo del corso è comprendere come la nutrizione possa aiutare la resa lavorativa e scolastica e come contribuisca a far vivere meglio l'organismo.

PROGRAMMA

- Nutrienti della piramide alimentare
- Come leggere un'etichetta
- Principali metodi di analisi della composizione corporea
- Come cambia la nutrizione nelle varie fasi della vita
- La nutrizione: base per la cura e la prevenzione delle principali patologie

METODOLOGIA

Lezioni frontali accompagnate da diapositive.

Sede del corso: Camponogara

Giorno e orario : Mercoledì 20,40 – 22,40 (Veronese) - Dal 06.05.2020

N° lezioni / Durata/ Quota di Adesione: 4 lezioni da 2 h - € 55,00

Desideri iscriverti a questo corso? [Clicca qui](#)