

Już teraz zapisz się na **bezpłatny webinar**
z dietetyczką Mileną Nosek

JAK WZMACNIAĆ ODPORNOŚĆ NATURALNYMI SPOSOBAMI?

który odbędzie się
czwartego listopada
o godzinie 10:00!

Zapisz się



Jesienna aura sprzyja spadkom energii i częstszym infekcjom, dlatego to dobry moment, by zadbać o swoją odporność. Podczas webinaru porozmawiamy o tym, czym tak naprawdę jest odporność i jakie czynniki wpływają na jej działanie. Obalimy popularne mity dotyczące jej wzmacniania oraz pokażemy, jak w prosty i naturalny sposób wspierać organizm każdego dnia poprzez dietę, aktywność fizyczną i styl życia. Spotkanie zakończymy krótkim quizem, który pomoże sprawdzić zdobytą wiedzę w praktyce, ale obiecujemy, nie ma się czego bać 😊.

Dołącz do nas, aby poznać sprawdzone metody na poprawę odporności dzięki odpowiedniej diecie!

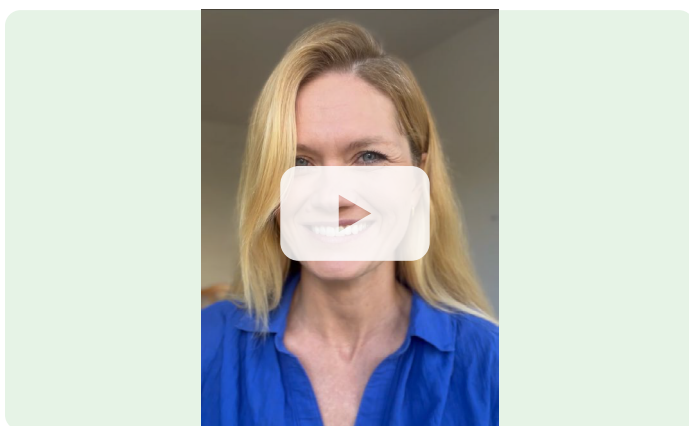
Spotykamy się już czwartego listopada o godzinie 10:00!

Zapisz się

AGENDA WEBINARU

- 1 Co oznacza odporność?
- 2 Mity dotyczące wzmacniania odporności.
- 3 Naturalne sposoby budowania, utrzymania i wzmacniania odporności.
- 4 Mini quiz.

POTRZEBUJESZ WIĘCEJ ARGUMENTÓW? DAJ SIĘ PRZEKONAĆ NASZEJ EKSPERTCE!



Zapisz się

CZAS TRWANIA BEZPŁATNEGO WEBINARU: 60 MINUT



Prowadząca

MILENA NOSEK: jedna z najlepszych i najpopularniejszych polskich dietetyczek, absolwentka Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego. Wykładowczyni Wyższej Szkoły Rehabilitacji w Warszawie, dietetyk Polskiego Baletu Narodowego, autorka książki „Otyłość brzuszna”, hobbystycznie interesująca się tańcem. Prowadzi m.in. warsztaty żywieniowe, poświęcone jednostką pragnącym obudzić w sobie prawdziwą świadomość żywienia. Zajmuje się również wspomaganiem żywieniowym w różnych jednostkach chorobowych. Skupia się na kompleksowym podejściu do organizmu człowieka, ukierunkowanym na edukację. Dotyczy ona nie tylko próby odnalezienia modelu żywienia odpowiedniego dla danego organizmu, ale również umożliwienie zdobycia wiedzy i umiejętności w wielu obszarach zdrowego stylu życia.