

Taller Presencial

HAMBRE EMOCIONAL

Nutre tus hambres

Objetivo: Reconocer cuál es el hambre que tu vida necesita nutrir, para así tener una relación más equilibrada y saludable con la comida y contigo mismo.

Temario

- Tipos de hambres
- Cómo se forma el hábito de comer emocionalmente
- ¿Por qué da ansiedad por comer?
- Alimentos y su Psicosomática
- Estrategias para identificar y nutrir de raíz el antojo emocional
- Recomendaciones y Tips

Incluye

- Material impreso para practica
- Snack saludable

Costo

\$300

- Después del 20 Abril 2021 : \$400
 - Aparta tu lugar con \$100
 - Numero de cuenta: 56017716573
 - Tarjeta Bancaria: 4766841546142699
 - Clabe interbancaria: 002073560177165738
 - Para mayores informes y envío de comprobante de pago: armonianutritivaa@gmail.com
- Whatsapp 3313596018 y 3330148578



Fecha

Sábado 24 de Abril 2021

4:00pm-7:00pm

Ávila Camacho #1088. Cerca de la Normal