

Apreciad@ Compañer@:

Te adjuntamos publi-información que puede ser de tu interés.

Sigue leyendo.../...

COFENAT no se responsabiliza de ningún contenido publicado a través de los comunicados de publi-información, eximiendo de toda responsabilidad a **COFENAT**

Descárgate nuestra APP: COFENAT



Síguenos en:



¿Harto de la **sobreinformación de dudosa calidad** sobre salud en internet?

Te ofrecemos **conocimientos prácticos, sencillos, actualizados y basados en la evidencia**

¡Empodérate para una salud extraordinaria!

I Jornada La salud como objetivo

PRESENCIAL Y STREAMING

8 de Junio 2019 - 9:30 a 14:00h

Desde la [Fundación Vivo Sano](#) organizamos la I Jornada: **La salud como objetivo**, un evento de empoderamiento de la salud dirigido tanto a público general como a profesionales (deportistas, entrenadores, sanitarios...)

No sólo ofreceremos información actualizada sobre nutrición, deporte y vida saludable, sino que también trataremos de aportar metodologías y herramientas para llevarlas a cabo. Dividiremos el evento en tres bloques con dos charlas y un taller: nutrición, actividad física y aplicación práctica.

Las primeras 50 personas que completen la inscripción recibirán un ejemplar del libro *Dieta integrativa* de la nutricionista Elisa Blázquez. ¡Aprovecha!



¡COMPRA TU ENTRADA!
PRECIO: 45€

Inscríbete aquí

Organiza:



Patrocina:



Qué te ofrecemos

- ▶ Aprender a mejorar tu salud de la mano de los mejores profesionales de salud.
- ▶ Conocimientos prácticos, sencillos y actualizados, para que los puedas comenzar a aplicar desde el minuto cero.
- ▶ Acceso a la plataforma de e-learning durante un año, donde podrás visualizar los contenidos de la jornada y materiales adicionales ¡Podrás revivir los momentos más llamativos del evento todas las veces que se quiera!
- ▶ Certificación de asistencia respaldado por la Fundación Vivo Sano
- ▶ Si nos acompañas de forma presencial (recuerda que el aforo es limitado):
 - Bolsa obsequio
 - Degustación saludable
- ▶ ¡REGALO para los 50 primeros inscritos! Libro en formato digital. Dieta integrativa Elisa Blazquez valorado en 18€

Programa

9:30	Recepción y entrega de material
10:00	Apertura de la Jornada (Alejandro Luque – Fundación Vivo Sano)
10:15	Bloque 1: Cuidar la alimentación, una tarea simple en un entorno complejo – Paloma Quintana
11:15	Bloque 2: ¿Por qué es importante el tejido muscular y la fuerza? – Ismael Galancho
12:15	Descanso
12:45	Bloque 3: Taller de Aplicación Práctica – Paloma e Ismael
14:00	Conclusiones y cierre de la Jornada

De la mano de los mejores expertos en salud, nutrición y ejercicio físico



Paloma Quintana

Nutricionista y tecnóloga
de los alimentos

@nutricionconq



Ismael Galancho

MBA Sport Management
y Personal Trainer

@ismaelgalanchoreina



3 claves para potenciar tu salud

Descúbrelas y **empodera tu vida**

con Alejandro Luque
experto en dietética



WEBINARIO GRATUITO

3 claves para potenciar tu salud

CON ALEJANDRO LUQUE

Por otro lado, **queremos invitaros el webinar gratuito** de **Alejandro Luque** en la que nos hablará de las 3 claves maestras para potenciar nuestra salud, el próximo miércoles 29 de mayo a las 19:00h.

¿Cansado/a de síntomas que no entiendes por qué aparecen o malestar generalizado?

Actualmente estamos expuesto a una lluvia de factores que impactan negativamente en el organismo. Algunos son evidentes, otros están camuflados y algunos, simplemente desconocidos. En esta conferencia nuestro dietista Alejandro Luque nos descubrirá **las 3 claves indispensables** para que potenciamos nuestra salud.

¡Inscríbete!



Ponente: Alejandro Luque

Técnico Superior en Dietética, asesor nutricional, articulista para diferentes medios, ponente de talleres/charlas divulgativas y organizador de eventos destinados a la formación en salud.

Síguenos en nuestras redes sociales:

