



NUTRICIÓN EMOCIONAL CONSCIENTE

UNA FORMA DE VIDA

CURSO TELE-PRESENCIAL
España y Latinoamérica

Fecha: Por determinar (2 días).

Horario España: De 11:00 a 14:00 – Horario Latinoamérica: De 15:00 a 18:00
(3 horas/día).

Plataforma on-line: Cisco Webex Meetings o Zoom (Sencilla conexión)

MÓDULO 1 – NUTRICIÓN CONSCIENTE

- Higiene alimentaria y efectos a nivel digestivo.
- Alimentación consciente, sistema inmunológico y la relación con las emociones.
- Que es la microbiota intestinal y como afecta su estado a nuestra salud.
- Alimentar el sistema límbico (cerebro emocional) - Hambre vs. Apetito.
- Respiración y Nutrición Consciente.

MÓDULO 2 - EMOCIONES EN LA NUTRICIÓN

- Cómo afectan las emociones en nuestra vida.
- Creando el *Universo Emocional* Óptimo en tu vida.
- Cómo afectan las emociones a nuestra alimentación.
- Técnicas de gestión y cambio emocional – Anclajes para comer mejor.
- Plan de acción para mejorar tu Universo Emocional y Nutricional.

Inversión: 57€ (67\$) [43€ (51\$) *si te inscribes un mes antes de la formación*]

Inscripciones: <https://forms.gle/nATjvuQKnJK38Zvv5>

+info: universianec@gmail.com

Incluye:

- iBook con los contenidos del curso
- Certificado Acreditativo N.E.C.
- Certificado Centro de Formación Acierta Global
- Certificado para Latinoamérica de Felicidad Coaching
- Grabación para visionado posterior. No te perderás nada.

Laura González García

Dietista y Especialista en Nutrición Consciente
Aromaterapeuta Emocional
Terapeuta holística y Maestra en Reiki



Francisco Javier Bolaños Alonso

Coach Internacional, PNL e Inteligencia Emocional, Personal y Educativo
Formador y Ponente en Motivación y Educación Emocional
Mediador Familiar (registrado en el Ministerio de Justicia)



M. +34 633 510 724



[Universo NEC](https://www.facebook.com/UniversoNEC)

M. +34 629 329 149