

Диетолог Харьков. Правильное питание



Харків, Україна

Рациональное питание — залог здоровья, высокой работоспособности, бодрости и красоты. Многие хотели бы правильно составить рацион, но откладывают это на потом, чтобы не лишиться любимых блюд, не сидеть на безвкусной каше, постных салатах и прочих блюдах, которыми сложно наесться. Но, оказывается, еда, которую Вы любите, вполне может быть здоровой, если правильно научиться составлять рацион и сочетать продукты.

Если Вы готовы выделить себе время и разобраться в вопросах рационального питания, приглашаем Вас на семинар врача-диетолога «Основы здорового питания».

На семинаре Вы сможете узнать:

- что, сколько и когда есть;
- как научиться выбирать продукты, приближенные к натуральным, какие продукты в супермаркете можно покупать, а от каких лучше воздержаться;
- какие пищевые вещества содержатся в разных группах продуктов;
- как калорийность Вашего рациона связана с Вашим режимом дня;
- какие продукты сочетаются между собой, а какие смешивать не стоит;
- как вписать новые знания о питании в свою повседневную жизнь.

Семинар ведет врач-диетолог Ирина Буткевич.

Информация о лекторе:

Окончила Харьковский государственный медицинский университет в 1999 г.

С 1999 по 2001 г. интернатура на кафедре анестезиологии Харьковской академии последипломного образования.

С 2001 г. по 2009 г. врач-анестезиолог отделения анестезиологии Института неотложной хирургии АМНУ.

В 2009 г. проходила обучение на кафедре гастроэнтерологии Харьковской академии последипломного образования, где получила специальность врач-гастроэнтеролог.

В 2010 г. проходила специализацию по диетологии на кафедре гастроэнтерологии, диетологии и эндоскопии Национальной академии последипломного образования имени П.Л. Шупика.

В 2010 г. получила лицензию МОЗ Украины на частную медицинскую практику по специальности «диетология».

Правильного Вам аппетита!

**Украинский тренинговый
центр Марина**

050-2-777-250