



UNITRE di Volvera - Via Roma, 3 - 10040 Volvera (To)
Cell. 3347613096 - 339 8963477

Orario di segreteria: lunedì e giovedì dalle 15,30 alle 18
email: unitrevolvera@gmail.com - sito: www.unitrevolvera.it

Iscrizioni aperte da martedì 23/09/2014 a venerdì 26/09/2014 con orario 16-18

SIGNORI, SI PARTE!

**19.09.14 - ore 17 al Teatro Bossatis
presentazione corsi A.A. 2014/2015**

TEATRO BOSSATIS

Via Ponsati, 69 – Volvera (To)



UNITRE di Volvera - Via Roma, 3 - 10040 Volvera (To)

Cell. 3347613096 - 339 8963477

Orario di segreteria: lunedì e giovedì dalle 15,30 alle 18

email: unitrevolvera@gmail.com - sito: www.unitrevolvera.it

Iscrizioni aperte da martedì 23/09/2014 a venerdì 26/09/2014 con orario 16-18

"I CARDINI della PREVENZIONE:

- l'**alimentazione**, *fai che il cibo sia la tua medicina e che la medicina sia il tuo cibo* (Ippocrate 460 a.C - 377 a.C) come utilizzare al meglio ciò di cui ci alimentiamo, sia ai fini preventivi, che curativi;

- il **pensiero creativo**, *noi siamo quello che facciamo sempre. L'eccellenza non è un atto, ma un'abitudine* (Aristotele 384 a.C. o 383 a.C - 322 a.C.);

- l'**attività fisica**, *mens sana in corpore sano* (Giovenale (Satire, X, 356) supportata dalla **capacità di respirare**, *la vita è il mondo del respiro* (Shakespeare nel Riccardo III) in maniera corretta."

Il corso si terrà in via Roma, 3 Volvera (To) e si articolerà in 4 lezioni:

- 6 marzo 2015
- 13 marzo 2015
- 20 marzo 2015
- 27 marzo 2015

con osservanza del seguente orario: venerdì ore 16,30 – 18,00