



19.05

PER QUÈ LES DIETES NO FUNCIONEN?

per Anna Gispert, nutricionista.

08.06

ENTRENAMENT PERSONAL EN SÍNDROME POST-COVID

per Nlta Castillejo, entrenadora personal.

21.09

I DESPRÉS DE LA COVID, QUÈ?

per Sara Martin, psicòloga

26.10

ENTENENT EL DOLOR

per Quim Fernández, activador muscular

30.11

UN "ALTRE" NADAL

per l'equip de Sigma Salut

VOLEM LA TEVA MILLOR VERSIÓ

i volem contribuir a millorar la teva qualitat de vida

Les conferències Sigma Talks són un format innovador i fresc on conèixer la informació recent i de qualitat envers a la salut personal. L'equip de Sigma Salut està compromès en la millora de la qualitat de vida de les persones oferint xerrades breus de 30minuts, de temes específics, en un ambient distès i amb col·loqui final.