



MODALIDAD DE LOS PROGRAMAS NUTRICOACH A DISTANCIA

El Programa se brinda a través de Internet. Está dirigido a todas aquellas personas que desean mejorar su alimentación y salud. Solo es necesario destinar al menos una hora por semana para leer el material y realizar los juegos o las actividades propuestas. También proponemos realizar una consulta personalizada cada 15 días aproximadamente en tiempo real con el profesional a cargo.

El Programa Básico incluye:

- Consultas y seguimiento On-Line.
- Módulos con el material de lectura (5 módulos por mes).
- Idea de Menús completos: Ejemplos de las comidas adecuadas para una semana: desayuno, almuerzo, merienda, cena y colaciones necesarias.
- Recetas sanas y fáciles para hacer, en prácticas fichas para coleccionar.
- Consejos y recomendaciones concretas y posibles. Actividades y juegos.

Opcional para adicionar al programa: envío de presentaciones educativas Power Point, contacto con empresa de viandas saludables, gráfica para seguir la evolución del peso corporal, análisis de registro de comidas (cálculo del consumo calóricos y recomendaciones aplicables)

El programa básico completo es de 3 meses que incluye 5 módulos mensuales. El programa a distancia tiene un *costo mensual de \$240 (240 pesos argentinos para residentes) o US\$ 90 (90 dólares para extranjeros)*. Cada uno de los servicios opcionales al programa tiene un costo adicional de \$60 por mes.

Consultas con el profesional

Son 2 consultas por mes en horario a convenir. Pueden ser por Skype, MSN, Google Talk u otro chat, por mail o por teléfono (Buenos Aires, solo llamadas urbanas).



En cada una de las consultas destinaremos el tiempo necesario como para responder toda duda respecto al material ofrecido y la puesta en práctica de las recomendaciones sugeridas (aproximadamente durarán de 20 a 40 minutos). El trato es personalizado con el profesional.

Deberá comprometerse a avisar con anticipación en caso que no pueda conectarse el día establecido, y así reprogramar la Cyber-consulta para otro día y horario.

Entrega del material

Son cinco módulos mensuales (formato PDF) enviados por mail según el cronograma estipulado. Este material podrás imprimirlo y releerlo, profundizando así cada uno de los temas a lo largo del programa, durante o luego de finalizado el mismo. Además recibirás las recetas y menús para implementar en tu alimentación diaria. No faltarán propuestas novedosas, juegos, actividades, links relacionados, etc.

COSTO DEL PROGRAMA Y FORMAS DE PAGO

La forma de pago para Residentes Argentinos* puede ser:

- Personalmente: Direcciones de consultorio en Ituzaingó y Villa Urquiza
- Deposito Bancario: Banco Santander Río (solicitar número de cuenta al concretar)

IMPORTANTE: Confirmar el pago bancario. Una vez realizado el depósito, se debe enviar por mail los siguientes datos: número de comprobante, fecha y hora de la transacción, nombre y apellido del inscripto y programa al cual se incorpora. Nosotros le enviaremos un mail en cuanto confirmemos el depósito. Es muy importante realizar este procedimiento, ya que de otro modo no podremos identificar su pago.

*Consultar por formas de pago para residentes de países extranjeros.

Esperamos su consulta ante cualquier duda.

