

ALIMENTAZIONE E BENESSERE

VENERDÌ 17 GENNAIO ORE 20.45
SALA POLIVALENTE MARIO GIUPPONI
VIA CASTELLI 19

DIETA EQUILIBRATA: DALLA TEORIA ALLA PRATICA



Dott.ssa Emanuela Astori

Biologa nutrizionista e PhD, ci parlerà delle basi fondamentali di una dieta mirata al mantenimento e al miglioramento della salute, sfatando falsi miti e rispondendo a dubbi e curiosità, dando indicazioni pratiche per portare in tavola piatti sani ed equilibrati.



INGRESSO LIBERO