

CARESÀ

Società Cooperativa Sociale Agricola



TERRAMANI

Associazione di Promozione Sociale

LA SALUTE VIEN MANGIANDO

4 INCONTRI DI EDUCAZIONE ALIMENTARE

con Michela Trevisan e Roberta Franceschini, **BIOLOGHE NUTRIZIONISTE**

Pensati assieme all'Associazione "Nutrizionisti per l'ambiente" gli incontri hanno lo scopo di far conoscere cosa sia necessario al nostro organismo per sentirsi in equilibrio, spiegare come scegliere ed associare gli alimenti, aiutarci a comporre il nostro menu'.

16 MARZO - ore 20.45

COSA C'E' NEL MIO PIATTO?

Confronto sulle nostre conoscenze dei cibi per iniziare ad approfondire le caratteristiche e le qualità degli alimenti utili al nostro benessere.

30 MARZO - ore 20.45

CERCO UN CENTRO DI SALUTE PERMANENTE

Come funziona il mio corpo e di cosa necessita per stare bene.

13 APRILE - ore 20.45

DALLA TEORIA ALLA PRATICA: QUALE MENU' PER ME?

Partendo dai nostri menù giornalieri e settimanali, scriveremo il nostro buon menù.

27 APRILE - ore 20.45

CIBO CHE CURA: I DISAGI PIU' FREQUENTI

Attenzioni alimentari per ridurre disturbi di salute comuni e informazioni su Glutine, latticini e derivati.

Il corso si svolgera' presso il **PATRONATO** di **SANNA, VIA PETRARCA 1, PIOVE DI SACCO (PD)**

ISCRIZIONE OBBLIGATORIA PER LE QUATTRO SERATE: 50 EURO

email: info@caresa.it cell: 3487580206 - 3450604673

Sabato matt. Foro Boario - Martedì pom. Stadio Vallini



NUPA
Nutrizionisti per l'ambiente