



WE SERVE

Lions Club Sacrofano

PER..... CORSO DI NUTRIZIONE

Il corso è composto da tre incontri della durata di circa 90 min. ciascuno

1° incontro

COSA E COME MANGIAMO ?

Come la nostra alimentazione è cambiata e quali sono i vantaggi ? Le basi di una alimentazione equilibrata

2° incontro

PERCHE' LE ALLERGIE E INTOLLERANZE ALIMENTARI SONO SEMPRE PIU' COMUNI

La differenza tra allergie e intolleranze alimentari. Cause di un aumento di allergie e Intolleranze

3° incontro COME POSSIAMO AIUTARE NOI E IL PIANETA CON LA GIUSTA ALIMENTAZIONE

Le diete vegetariane: i pro e i contro. Gli alimenti biologici

L'iscrizione a tutti e tre i moduli è di Euro 30. Verranno consegnate delle dispense

Gli incontri saranno tenuti dalla Dott.ssa Rita Marchetti, Nutrizionista

Il corso avrà luogo presso la sala del Parco di Veio nelle seguenti date: 22 maggio, 29 maggio e 5 giugno dalle ore 17:00 alle 19:00

Il ricavato, detratte le spese, verrà dedicato all'acquisto di un defibrillatore

