

TUTTI AL CENTRO

CON BENESSERE E SALUTE

5 INCONTRI AL CENTRO SOCIOCULTURALE "PERTINI"
Via Raibolini 44 - Zola Predosa (BO) - Tutti gli incontri si terranno alle ore 15.00

*Incontriamoci, ascoltiamo ed impariamo cosa portare a tavola dove oltre al gusto e alla convivialità troviamo anche la nostra salute in un sol piatto.
A cura della Dott.ssa Anna Franca Mancini - biologa nutrizionista*

Lunedì 7 Novembre - ore 15

Quali sono le chiavi di un sano e corretto stile di vita a tavola? Di cosa ho bisogno per migliorare la mia vita col passare degli anni?

Lunedì 14 Novembre - ore 15

Dalla lista della spesa alla tavola... impariamo insieme a fare la spesa, così da portare a tavola i giusti alimenti

Lunedì 21 Novembre - ore 15

Mettiamoci a tavola: la colazione

Lunedì 28 Novembre - ore 15

Mettiamoci a tavola: il pranzo

Lunedì 5 Dicembre - ore 15

Mettiamoci a tavola: la cena

Al termine di ogni incontro una merenda salutare per tutti!



Ingresso gratuito
Info: 349/4072813
www.centropertinizola.it

promosso da



con il patrocinio di



nell'ambito del progetto "TUTTI AL CENTRO: socialità, salute, sapere



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Istituto delle Scienze Neurologiche
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico