

SALUTE AL CENTRO

CIBO E' BENESSERE!

5 INCONTRI AL CENTRO SOCIOCULTURALE "PERTINI"

Via Raibolini 44 - Zola Predosa (BO)

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 18 Settembre - ore 14.45

I legumi a tavola: perché mangiarli?

Lunedì 25 Settembre - ore 14.45

Pane, pasta, riso e non solo: nella dieta vanno assunti o eliminati?

Lunedì 2 Ottobre - ore 14.45

I grassi: sono da eliminare dalla nostra alimentazione?

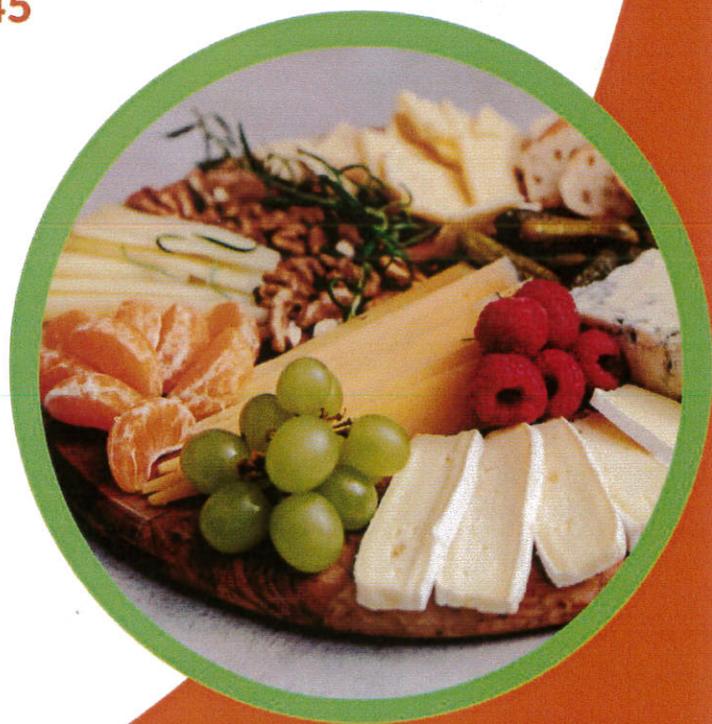
Lunedì 9 Ottobre - ore 14.45

Intestino in salute: come fare?

Lunedì 16 Ottobre - ore 14.45

Le cotture: come mantenere i nutrienti dei nostri cibi?

Al termine di ogni incontro una merenda salutare per tutti!



Ingresso gratuito

Info: 349/4072813

www.centropertinizola.it

promosso da



30
1993
2023



ANCeSCAO A.P.S.
Associazione Nazionale Centri Sociali
Comitati Associazioni e Oni

con il patrocinio di



Comune di
Zola Predosa

nell'ambito del progetto "CENTRO ANCH'IO: Nessuno escluso!"

ctzsm

conferenza
territoriale
sociale e sanitaria
metropolitana di Bologna

lepida

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

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