

ALIMENTAZIONE E METABOLISMO

Relatrice Dott.ssa Donatella Carrera

La Banca del Tempo con il patrocinio del Comune di Cernusco sul Naviglio organizza un ciclo di incontri aperti alla cittadinanza, allo scopo di diffondere la conoscenza dell'alimentazione corretta e consapevole.

Sono previsti 3 incontri, finalizzati ad esplorare lo stretto legame che intercorre fra la nostra alimentazione e la genetica e per raggiungere una alimentazione consapevole.

Valutazione dei diversi nutrienti che troviamo negli alimenti per meglio comprendere di cosa ha bisogno il nostro corpo.



Gli incontri si terranno presso la biblioteca a Cernusco sul Naviglio
Giovedì 31/10 e 14 -28/11 2024
alle 15.30

Ogni incontro durerà circa un'ora e mezza. La prima ora sarà dedicata alla presentazione e la successiva mezz'ora a domande e discussione.

Sito bdt: bancadeltempocernusco.it
e-mail: bdt.cernusco@libero.it