



# L'Associazione La Svolta

organizza

**Venerdì 22 febbraio 2019**

**dalle ore 20.00 alle ore 21.30**

**Studio medico dott. Angelo Cospito , via Metauro 5**

dal titolo:

## **Come difendersi dal freddo in casa attraverso i cibi.**

La natura arriva puntuale in nostro aiuto d'inverno per non sentire freddo sia a casa che fuori.

Anche a tavola possiamo combattere il freddo con cibi che aumentano il calore corporeo. Con l'arrivo dell'inverno non c'è niente di meglio di qualcosa di liquido e caldo per pranzo o per cena, e zuppe e minestre sono uno degli elementi immancabili nelle tradizioni culinarie di tutto il mondo.

La minestra medicata è una combinazione perfetta tra cura alimentare e medicinale; ci permette di raggiungere quell'equilibrio psico-fisico necessario ad affrontare le fredde giornate invernali.

***L'incontro sarà tenuto dal dott. Angelo Cospito***

***Presenta e coordina l'evento Patrizia Massa***

***Ingresso libero - si consiglia di prenotare***

**Per informazioni:**

Tel. 348 7148700 – e-mail: [associazionelasvolta@gmail.com](mailto:associazionelasvolta@gmail.com)

[www.associazionelasvolta.com](http://www.associazionelasvolta.com)