

SORMANI

GREEN

BUONE ABITUDINI

Ma esiste la dieta perfetta? Laboratorio interattivo sulla alimentazione



Foto di doville ramoskaite - Unsplash

In collaborazione con Università degli Studi di Milano.

Con Leda Roncoroni (Dipartimento di Scienze Biomediche, Chirurgiche e Odontoiatriche), Chiara Mandò (Dipartimento di Scienze Biomediche e Cliniche), Gaia Pellegrini (Dipartimento di Scienze Biomediche, Chirurgiche e Odontoiatriche).

Una corretta alimentazione è la base per il mantenimento del benessere psico-fisico, è dunque importantissimo imparare ad impostare la nostra alimentazione rendendola sana, varia ed equilibrata, usando cioè i gruppi alimentari nelle giuste proporzioni.

Ma c'è di più: rispettando la biodiversità e la stagionalità degli alimenti e consumando meno ciò che ha un impatto più negativo sull'ambiente, possiamo dare il nostro personale contributo al benessere del nostro Pianeta. Scopriamo insieme come.



Ingresso libero con registrazione consigliata, per registrarti inquadra il QR code.

In caso di pioggia l'incontro si terrà in Sala del Grechetto.

MARTEDÌ 25 GIUGNO

ORE 18.30 | Corte d'Onore

