

INCONTRI PER IMPARARE A MANGIARE



# Vivere bene mangiando

**Mangiare bene è un atto di salute e di benessere per sé stessi.** Una nutrizionista, uno specialista e un esperto di cucina vi sveleranno i segreti dell'alimentazione che fa bene alla salute. A ogni incontro, inoltre, saranno distribuite gustose ricette.

**6** FEBBRAIO

Le allergie stagionali e la loro faccia alimentare

**12** MARZO

Prostata e cistite: come "aiutarle o combatterle" anche a tavola

**14** MAGGIO

La malattia vascolare: aterosclerosi

**ORE 19.30 - Ingresso libero e gratuito**

**Responsabile incontri:** Dr.ssa Viviana Vecchio (Affidea Martesana Gessate - Affidea Medical Center Lodi), Biologa Nutrizionista, Specialista in Scienze dell'Alimentazione, Master II livello: Nutrizione, Nutraceutica e Dietetica Applicata.

**Affidea Centro Diagnostico Martesana**

Via della Filanda 2 · Gessate (MI) · T 02 95740803 · [affidea.it](http://affidea.it)

Direttore Sanitario: Dott. Giuseppe Arbore

