

INCONTRI PER IMPARARE A MANGIARE

21  
marzo

# Vivere bene mangiando



## Sana alimentazione. Gli errori più frequenti, facili da evitare.

**Mangiare bene è un atto di salute e di benessere per sé stessi.** Una nutrizionista, un professionista e un esperto di cucina vi sveleranno i segreti dell'alimentazione che fa bene alla salute. Partecipano all'incontro:

- **Dr.ssa Viviana Vecchio:** Biologa Nutrizionista Specialista in Scienze dell'alimentazione
- **Dr. Luca Mazzucco:** Fisioterapista
- **Ava Mara:** Esperta di cucina

**ORE 19.30 - Ingresso libero e gratuito**

**Affidea Centro Diagnostico Martesana**

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

