

Incontri di educazione alimentare

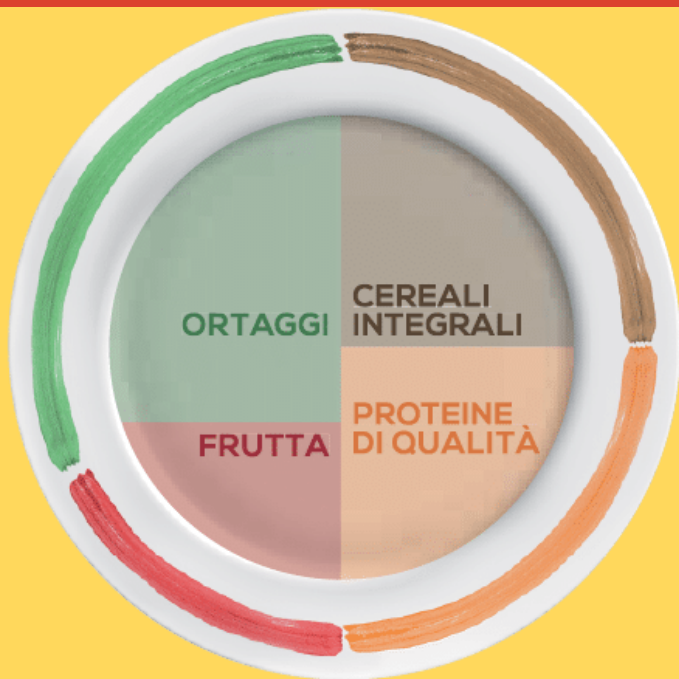
PIATTO IN FORMA E ALTRE CURIOSITÀ

Dott.ssa M.Beraudi (dietista) - Dott.ssa G.Micene (Psicologa)
Via General Govone n. 11 (Alba)

ISCRIZIONE OBBLIGATORIA - PARTECIPAZIONE GRATUITA

SSD Epidemiologia, Promozione Salute e Coordinamento attività di
Prevenzione ASL CN2 "Alba-Bra"

Informazioni: tel .0173.594507 - epid.alba@aslcn2.it



ALBA

ore 14.30 - 16.30

- **6 Febbraio**
- **20 Febbraio**
- **5 Marzo**

CICLO DI INCONTRI SULL'ALIMENTAZIONE PER GLI OVER 60 ... E PER TUTTA LA FAMIGLIA

Argomenti trattati:

- Conoscere le etichette
- L'igiene in cucina (come evitare contaminazioni crociate)
- Congelare e scongelare
- Le scadenze
- Le porzioni
- Il menu per la persona anziana
- Impostazione di un menu settimanale