

Integratori alimentari: servono davvero?

Scuola A... limentare

a cura della dott.ssa **Stefania Capecchi**

Occorre fare chiarezza sul corretto utilizzo degli integratori alimentari che oramai sono diventati di uso quotidiano, ma che certamente non possono avere solo effetti positivi sul nostro organismo.

Stefania Capecchi

Svolge la professione di biologo nutrizionista presso studi privati. Laureata in Farmacia e in Scienza della nutrizione umana, è specializzata in alimentazione nelle patologie metaboliche e nell'alimentazione come strumento di prevenzione delle malattie cronico-degenerative e tumorali. È la referente nutrizionale per l'Associazione culturale C.A.M.P.O Pistoia per conto della quale tiene conferenze sull'alimentazione biologica e naturale. E' consigliere della sezione provinciale di Pistoia della LILT (Lega italiana lotta tumori). Scrive articoli su quotidiani cartacei e on-line sulle qualità nutrizionali degli alimenti, con particolare attenzione ai prodotti tipici, legati al territorio e alle proprietà salutari del cibo biologico

La partecipazione è gratuita. Max 20 partecipanti. Per iscriversi, inviare una mail all'indirizzo corsi.sangiorgio@comune.pistoia.it indicando il proprio nome, cognome e numero tessera della biblioteca. Chi non è ancora iscritto alla biblioteca, potrà comunque inviare la richiesta di partecipazione e perfezionare l'iscrizione prima dell'inizio dell'incontro stesso.

Informazioni: Tel 0573 371600 - www.sangiorgio.comune.pistoia.it

Lunedì

26 febbraio
2023

ore 17

SALA MANZINI

**Biblioteca
San Giorgio**

Via Sandro Pertini, 340
Pistoia

