



Alimentarsi... in tempi di pandemia

Scuola Alimentare

a cura della dott.ssa Stefania Capecchi

L'alimentazione può influenzare lo stato di salute del nostro organismo e quello del nostro sistema immunitario... quali scelte alimentari adottare per migliorare il nostro sistema di difesa nei confronti di aggressori esterni?

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. È 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.

In ottemperanza alle normative di sicurezza è necessario esibire il Green Pass rafforzato per accedere allo spazio dell'incontro e in biblioteca.

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

Lunedì

21 marzo

2022

ore 17

BIBLIOTECA
SAN GIORGIO
PISTOIA

