

A mangiare si impara!

PROGETTO GIOVANI INTESE – CAPACITANDOSI



Giovani Intese

RETE INTERCOMUNALE
SERVIZI POLITICHE GIOVANILI



la cura sono io



Associazione Piergiovanni Pavesio Affiliata
Disturbi del Comportamento Alimentare
La Lilla Crisalide OdV - Verona

L'importanza della nutrizione come "prevenzione"

Per meglio comprendere l'importanza delle alterazioni dello stato di nutrizione, è bene innanzitutto chiarire la differenza tra nutrizione e alimentazione. La nutrizione è "il complesso dei processi biologici che consentono o condizionano la crescita, lo sviluppo e l'integrità dell'organismo vivente in relazione alle disponibilità di energia, nutrienti e altre sostanze d'interesse nutrizionale". Per

alimentazione s'intende invece "la scelta e il consumo consapevole da parte dell'individuo di alimenti e bevande nelle loro varie combinazioni".

L'alimentazione riveste un ruolo importante per la qualità di vita ed è molto più che un'esigenza fisica. Il pasto è un momento fondamentale, imprescindibile e piacevole della vita familiare e sociale. La malnutrizione è una condizione di depauperamento delle riserve energetiche, proteiche e di altri nutrienti dell'organismo tale da compromettere lo stato di salute e/o comportare, nelle sue forme più gravi, un aumento di morbilità e mortalità.

8 serate a cura dell'Associazione di Promozione sociale La Cura sono io in cui interverrà la nutrizionista dott. Veronica Guerra che porrà l'attenzione sull'importanza di un'alimentazione corretta, fondamentale per uno stile di vita sano. L'Associazione La Crisalide Lilla porterà la testimonianza sul disturbo alimentare.

Lunedì 4 ottobre 2021, ore 20,45 in Auditorium comunale "Don Remo Castegini" di via Roma, 67 a Oppeano (Vr)

Prenotazione obbligatoria fino ad esaurimento posti inviando una mail a segreteria@lacurasonoio.it

Ingresso con Green Pass - Le modalità di fruizione delle serate potranno subire delle variazioni compatibilmente con l'andamento dell'emergenza sanitaria da COVID-19



REGIONE DEL VENETO

Comune di Verona