



ALIMENTAZIONE ADATTATA AI VARI CONTESTI



Giovedì 30 aprile · 18:00–20:00



Dott.ssa Danila A. Lutri



Cinema Arsenale – Vicolo Scaramucci 2 (Pisa)

Questo seminario esplora il concetto di alimentazione flessibile e adattata ai diversi contesti di vita quotidiana. Verranno analizzate le strategie per mantenere un'alimentazione equilibrata e sostenibile in situazioni variabili come lavoro, viaggi, famiglia e contesti sociali. L'obiettivo è fornire strumenti pratici per prendere decisioni alimentari consapevoli, superando rigidità e favorendo un approccio realistico, personalizzato e sostenibile nel lungo termine.

**BANDO
PROBEN - 2024
(PROBEN 2)**

