

VECIO TE
SARÈ TÌ!

DIVERSAMENTE GIOVANI E NUTRIZIONE

COME RESTARE IN SALUTE DOPO I 65 ANNI
GRAZIE AD UNA CORRETTA ALIMENTAZIONE

UN CICLO DI 4 INCONTRI

Il progetto *Vecio te saré ti* è finanziato dalla Regione del Veneto tramite il bando "Invecchiamento Attivo 2021"



VECIO TE SARÈ TÌ!

IL CIRCOLO NATURHABILIS, IN COLLABORAZIONE CON
LA BIOLOGA NUTRIZIONISTA DOTT.SSA SARA MASIERO,
PROPONE UN PERCORSO SULL'ALIMENTAZIONE DEGLI OVER 65

PRESENTAZIONE DEL PERCORSO

Gli incontri di presentazione puntano a far capire la modalità più semplice per introdurre più nutrienti ed evitare gli errori più frequenti

VENERDÌ 15 LUGLIO

ore 18:00 - Area verde San Carlo (di fronte alla Pam)
Via Agostini (Arcella) - PADOVA

VENERDÌ 22 LUGLIO 2022

ore 18:00 - Spazio Prisma "Maroncelli"
Via Marocelli, 63 (Stanga) - PADOVA

VENERDÌ 29 LUGLIO 2022

ore 18 :00 - Centro Anziani (sopra il centro commerciale "La Corte")
Via Bajardi, 5 (Mortise) - PADOVA

Il percorso continuerà con un ciclo di quattro incontri sulla gestione di colazione, spuntino, pranzo e cena, così suddivisi:

prima parte: introduttiva nozionistica, a cura della **dott.ssa Masiero**
seconda parte: laboratorio pratico in cucina, con **Circolo Naturhabilis
Cucina Sostenibile.**

Questo secondo ciclo di incontri si svolgeranno presso la sede della
Coop COSEP
Via Madonna della Salute, 89 - MORTISE