

MalpensaNews

Fame vera o fame nervosa? Incontro alla RSA San Remigio

Alessandra Toni · Wednesday, April 3rd, 2019

Giovedì 4 aprile alle ore 20.30, alla RSA San Remigio “Fondazione il Cerchio”, in via Alfredo Di Dio angolo Via Nuzzo Sauro, a **Busto Garolfo**, si terrà un incontro per parlare di alimentazione.

Il tema trattato dalla **Dr.ssa dr.ssa Sandra Ciaramitaro**, Biologa Nutrizionista, e **dalla dr.ssa Laura Ceppi**, Psicologa della struttura di Busto Garolfo sarà quello della **“Fame vera contro fame nervosa”**.

Il primo passo verso una alimentazione corretta incomincia anche dal saper riconoscere gli stimoli della fame e imparare a gestire tali sollecitazioni in modo da assumere i cibi in maniera equilibrata e adeguata.

L'incontro è gratuito ed aperto a tutti gli interessati.

This entry was posted on Wednesday, April 3rd, 2019 at 9:56 am and is filed under [Salute](#)
You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.