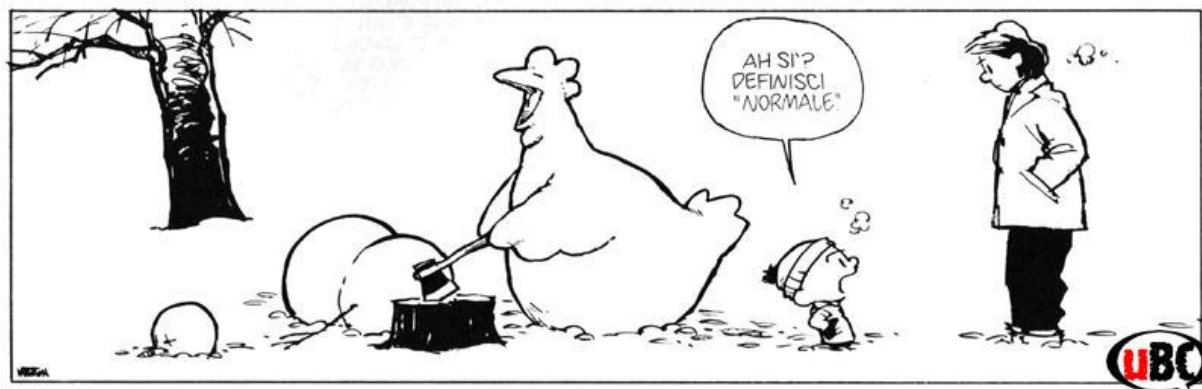


PARCO AMICO

Tu mangi "normale"?



*Un ciclo di 4 incontri sull'alimentazione
con la dott. Martina Vicari
presso il centro di Quartiere parco Braida,
Sassuolo.*

INGRESSO GRATUITO ORE 20,45

legato al progetto Sassuolo Citta' Attiva

#sassuolocittattiva



Città di Sassuolo



Internet: WWW.LACOMUNEDELPARCODIBRAIDA.IT
Email: INFO@LACOMUNEDELPARCODIBRAIDA.IT

Programma delle 4 Serate

Mercoledì 26 ottobre 2022, ore 20:45

I Perché devo mangiare?

*Il viaggio del cibo dalla bocca alle cellule, dalla forchetta alle molecole.
Concetti basilari di anatomia, fisiologia e biochimica dell'alimentazione. Introduzione ai macronutrienti e micronutrienti.*

Mercoledì 2 novembre 2022, ore 20:45

II Chi viene con me?

*Un primo approccio al microbiota intestinale: il grande e misterioso popolo che ci accompagna e condiziona la nostra salute.
Un ragionamento sui cibi e sui non-cibi che mangiamo.*

Mercoledì 9 novembre 2022, ore 20:45

III Perché siamo così?

*...ma soprattutto, cosa c'entra la mia cena con gli uomini delle caverne?
Noi nella storia e la storia in noi: un primo approccio all'antropologia biologica e ai concetti di mismatch evolutivo e "normalità" fisica e alimentare.*

Mercoledì 16 novembre 2022, ore 20:45

IV Cosa c'entro io?

Noi nell'ambiente e l'ambiente in noi: un momento per ragionare sulle ripercussioni esterne ed interne delle scelte alimentari... quello che scelgo di mangiare, a volte, fa bene (o male) non solo a me.