



LA SALUTE VIEN MANGIANDO: CONSAPEVOLEZZA, CONVIVIALITÀ ED EQUILIBRIO A TAVOLA.



Il Comune di Vidigulfo, con la collaborazione della Dott.ssa Francesca Bergomas (Biologo Nutrizionista, Specialista in scienze dell'alimentazione), organizza quattro incontri GRATUITI, che si terranno nelle seguenti giornate:

Martedì 28 ottobre 2025 "DIETA E SALUTE"

Tra credenze, notizie, mode e realtà.

Un aiuto per capire come orientarsi in un mondo fin troppo informato.

Martedì 25 novembre 2025 "ALIMENTI E NUTRIENTI"

Cosa contiene ciò che mangiamo e perchè ci è utile?

Etichette nutrizionali: come leggerle.

Martedì 27 gennaio 2026 "IL CARRELLO DELLA SPESA"

Attività pratiche adulto - bambino.

Martedì 24 febbraio 2026 "COSA METTIAMO NEL PIATTO?"

Attività pratiche adulto - bambino.

Alle ore 16:45 presso la Biblioteca Comunale "Il Piccolo Principe", in Via Marconi 4 a Vidigulfo. Genitori, insegnanti, nonni, adulti: l'incontro è aperto a tutti. I bambini saranno i benvenuti e verranno coinvolti in attività pratiche durante ogni incontro, per tutta la durata dello stesso.

Per partecipare è necessario iscriversi mandando una mail a francesca.bergomas@gmail.com entro il giorno 21/10/25.



Ambito Territoriale
Alto e Basso Pavese



Comune di Vidigulfo

Progetto "Qua e là. Attività per minori e famiglie nell'Alto e Basso Pavese"
Finanziato a valere sul bando SPRINT! Lombardia Insieme, con fondi PR FSE Plus.