

## SALUTE E ALIMENTAZIONE

Martedì 7 aprile ore 14-16

**Sara Cataldi**, dietista

Qual è la base di una alimentazione sana e equilibrata, quali alimenti risultano più o meno dannosi per la salute nostra e dei nostri figli, come cambiare qualche abitudine non sana



## BILANCIO FAMILIARE E STRATEGIE DI GESTIONE ECONOMICA CONSAPEVOLE

Mercoledì 15 aprile

ore 17-18,30

**Benedetta Cabitza**,

tutor educazione finanziaria ed  
empowerment economico

Possiamo imparare a gestire meglio le entrate e le uscite di denaro in famiglia, prendere spunti su quali priorità dare e avere maggiori possibilità di risparmio

## SCEGLIERE E CONSERVARE GLI ALIMENTI

Mercoledì 22 aprile

Ore 14-16

**Christian Melotti**,

tecnico della prevenzione

Impariamo a leggere le etichette di ciò che compriamo, aumentiamo la nostra conoscenza su come conservare i cibi, come tenere l'ambiente e la sua igiene corretta per prevenire malattie



**PER FAVORE, SEGNALACI LA  
TUA PARTECIPAZIONE A UNO  
DI QUESTI RECAPITI:**

San Francesco d'Assisi ODV

Tel **328 8268775**

oppure

Centro Ascolto Caritas

Tel **3882404527**

Gli incontri si svolgeranno  
presso la **sala Teatro**

**in via Torino 26 A**

**a San Lazzaro di Savena**



San Francesco d'Assisi ODV  
Associazione di volontariato



# **IMPARARE INSIEME....**

3 incontri per confrontarci  
sulle nostre abitudini  
e mantenerle sane



## **PROGETTO ISSA!**

Integrazione, Solidarietà,  
Salute, Ambiente

finanziato grazie al Fondo di  
Comunità della Città  
Metropolitana di Bologna