PILLOLE DI BENESSERE!

incontri tematici su Ambiente e Nutrizione

alla scoperta di due luoghi speciali per trascorrere una giornata o un week end al'insegna dello stile di vita del benessere ...

ambiente e nutrizione, diete e stili di vita, massaggi e passeggiate, relax e prodotti locali



1° appuntamento "Tutto intorno al cibo" sabato 24 giugno-domenica 25 giugno

Agriturismo Villa Pina, Lizzanello, Lecce

- Cenni di ecologia, sostenibilità ambientale, consumi e sprechi
- 10.15 Pausa caffè
- 10.45 Consigli nutrizionali
- 11.30 L'integrazione
- 12.15 Pausa pranzo
- 14.30 Igiene e conservazione degli alimenti, etichettatura

Domenica mattina visita gratuita con il nutrizionista

Il corso sarà tenuto da una biologa, una naturalista ed un farmacista.



2° appuntamento "Il cibo e l'ambiente: cosa mangiare?" sabato 1º luglio - domenica 2 luglio

Villa Menta B&B Oggiono, Lecco

- Cenni di ecologia, sostenibilità ambientale, consumi e sprechi
- Pausa caffè
- Consigli nutrizionali
- Aperitivo

Domenica mattina visita gratuita con il nutrizionista, massaggi Il corso sarà tenuto da una biologa.



appuntamento "Tutto intorno al cibo"

sabato 9 settembre - domenica 10 settembre

Villa Menta B&B Oggiono, Lecco

- Cenni di ecologia, sostenibilità ambientale, consumi e sprechi
- 10.15 Pausa caffè
- 10.45 Consigli nutrizionali
- 12.15 Pausa pranzo
- Igiene e conservazione degli alimenti, etichettatura

Domenica mattina visita gratuita con il nutrizionista, massaggi Il corso sarà tenuto da una biologa ed una naturalista.

4° appuntamento "Tutto intorno al cibo"

sabato 16 settembre - domenica 17 settembre

Villa Menta B&B Oggiono, Lecco

- 9.30 Cenni di ecologia, sostenibilità ambientale, consumi e sprechi
- 10.15 Pausa caffè
- 10.45 Consigli nutrizionali
- 12.15 Pausa pranzo
- 14.30 Igiene e conservazione degli alimenti, etichettatura

Domenica mattina visita gratuita con il nutrizionista, massaggi Il corso sarà tenuto da una biologa ed una naturalista.

possibilità di giornate o pacchetto week-end a partire da € 35

per info e prenotazioni

Villa Pina

telefono +39 832.65.40.60 info@agriturismovillapina.it www.agriturismovillapina.it

info@villamenta.it

Villa Menta telefono + 347 5892359 www.villamenta.it

