

COMUNE DI CERITA



Il Comitato Organizzativo Montaletto
Villa Inferno propone:



Mercoledì 24 Febbraio 2016 -ORE 20,30

Serata colloquiale GRATUITA

MANGIARE MEGLIO PER VIVERE SANI

...Il punto di vista naturopatico...



Perche mangiare meglio per vivere sani

Parleremo di -Intolleranze e allergie (tra cui glutine caseina) -Disbiosi intestinale -Sovrappeso

Come mangiare meglio per vivere sani

- Alimentarsi secondo l' Indice glicemico (cenni)
- Alimentarsi secondo Gruppo sanguigno (cenni) -Prodotti locali e di stagione
- "Frutta e verdura secondo i colori"

Alcuni rimedi e consigli

- La consulenza naturopatica e l'indagine iridologica
- Alimenti consigliati e sconsigliati - Erbe tisane e fitoterapici in aiuto

**Dove: L'AIRONE – sede del Quartiere Montaletto Villa Inferno - via Beneficio II
Tronco 12**

Serata gratuita condotta da: **Elisabetta Biagi Naturopata Iridologa** collaboratrice della rivista
VIVERE LIGHT - Cesena (FC)

Segui il nostro gruppo: Comitato Organizzativo Montaletto Villa Inferno

