

I ragazzi ed il cibo:



istruzioni per l'uso

I ragazzi ed il cibo: istruzioni per l'uso

- Psicologia
- Dietetica
- Adolescenza
- Cucina

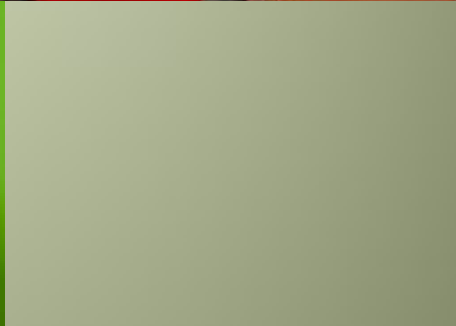
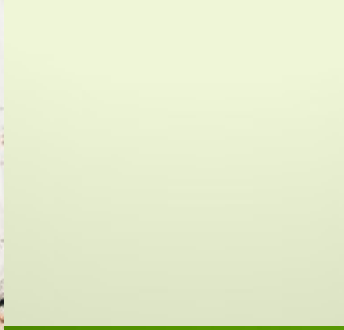


I ragazzi ed il cibo: istruzioni per l'uso

Obiettivo:

integrare le regole di una buona e sana alimentazione con tutti i risvolti emotivi e psicologici che possono entrare in gioco.

L'adolescenza, periodo molto delicato, è accolta ed affrontata coi ragazzi per offrire loro un nuovo punto di vista sull'alimentazione.



I ragazzi ed il cibo: istruzioni per l'uso

Grazie all'intervento integrato di una psicologa ed una dietista i ragazzi potranno affrontare serenamente tematiche relative alla loro età ed al loro naturale cambiamento corporeo sfatando i falsi miti tipici dell'adolescenza e scoprendo il fascino e l'emozione del mangiare sano.

I ragazzi ed il cibo: istruzioni per l'uso

- Dott.ssa Laura Mitaritonna, dietista
- Dott.ssa Valentina Morabito, psicologa
- Laura Bonadimani, esperta di cucina



Di cosa si tratta?

Ciclo di incontri-laboratorio durante i quali i ragazzi potranno :

- sperimentare nuove ricette affrontando le varie tematiche che ruotano attorno all'alimentazione e le questioni tipiche dell'adolescenza.
- discutere delle proprie esperienze personali ottenendo suggerimenti che rispondano alle personali necessità.

