



**CENTRO SOCIALE-RICREATIVO-CULTURALE SAFFI**

Affiliato ANCESCaO

Comune di Bologna – Quartiere Porto-Saragozza



# **31 MAGGIO 2018 ORE 17.30**

## **Pomeriggio con la nutrizionista**



# **L'acqua è vita**

A cura della dottoressa **Valentina Di Micoli**

L'acqua rappresenta il 60% del peso del nostro corpo e nonostante abbia funzioni fondamentali per la nostra sopravvivenza, molti trascurano il fatto che bere sia di fondamentale importanza per la nostra salute. Questo pomeriggio sarà dedicato alle proprietà dell'acqua nella dieta, con qualche spunto utile per chi difficilmente raggiunge il fabbisogno idrico giornaliero.

**A seguire degustazione di tisane e infusi freddi con piccoli assaggi dolci e salati a cura di Alkemia Parafarmacia**

Via L. Berti, 2/10 – 40131 Bologna **Tel. e Fax. 051550028**

P.I.02993961206 - C.F.03283080376

[centrosaffi@gmail.com](mailto:centrosaffi@gmail.com) [www.ancescao-bologna.it](http://www.ancescao-bologna.it) <https://www.facebook.com/centrosocialesaffi/>