

INVITO

L'Assemblea Genitori di Pura ed il Gruppo Genitori di Novaggio, in collaborazione con l'ACSI Associazione consumatrici e consumatori della Svizzera italiana, vi invitano a partecipare alla serata informativa

Mangiare bene spendendo poco: si può imparare

**martedì 27 febbraio 2018, ore 20:00
presso la sala multiuso dell'istituto scolastico di Novaggio**

In collaborazione con:



Preparare rapidamente un pasto sano e gustoso senza fare esplodere il proprio budget? Fare la spesa senza cadere nelle trappole tese dai supermercati? Assumere buone abitudini alimentari per combattere il sovrappeso? Come fare le scelte giuste di fronte a un marketing che alimenta la confusione proponendo prodotti a basso prezzo, piatti già cucinati, linee light e prodotti bio? I prodotti a basso prezzo sono equilibrati dal punto di vista nutrizionale?

La serata informativa "Mangiar bene spendendo poco" risponde a tutte queste domande. Insegna come nutrirsi in modo sano con un budget limitato, fornisce consigli su come comporre pasti equilibrati e aiuta a scegliere i prodotti in modo consapevole. La serata proposta mette l'accento sul confronto tra diversi alimenti dal punto di vista nutrizionale e in base al costo.

La serata informativa è gratuita ed aperta a tutti.

Contatto:
Assemblea Genitori Pura
mail: agp.pura@gmail.com