



ARGENTO ATTIVO



## Gli appuntamenti Facebook di MAGGIO '20

- 04 MAGGIO ore 9:00 PRENDIAMO LE MISURE! PESO, ALTEZZA, BMI
- 05 MAGGIO ore 11.00 *1 MARTEDÌ con FUNITRE Arci Bea*  
*Yoga e meditazione con Raffaella BOSCHIASSO*
- 06 MAGGIO ore 9:00 COMPORRE IL MENÙ SETTIMANALE: COLAZIONI E SPUNTINI
- 08 MAGGIO ore 9:00 IL LATTOSIO: cosa c'è da sapere
- 11 MAGGIO ore 9:00 IL GLUTINE: cosa c'è da sapere
- 12 MAGGIO ore 11.00 *1 MARTEDÌ con FUNITRE Arci Bea*  
*Social e smartphone con Alessandro VISENTIN (Lunetica)*
- 13 MAGGIO ore 9:00 PESO E BILANCIO ENERGETICO: LA PIRAMIDE DELL'ATTIVITÀ FISICA
- 15 MAGGIO ore 9:00 PORZIONI E MISURE CASALINGHE
- 18 MAGGIO ore 9:00 "Attenti allo Spreco!"
- 19 MAGGIO ore 11.00 *1 MARTEDÌ con FUNITRE Arci Bea*  
*Circolo dei lettori con la prof.ssa Gabriella DEL TRESTE*
- 20 MAGGIO ore 9:00 DIETA MEDITERRANEA E SOSTENIBILITÀ AMBIENTALE
- 22 MAGGIO ore 9:00 DIETETICA PER VOLUMI
- 25 MAGGIO ore 9:00 VARIA LA TUA ALIMENTAZIONE
- 26 MAGGIO ore 11.00 *1 MARTEDÌ con FUNITRE Arci Bea*  
*I giardini all'inglese e all'italiana con la prof.ssa Francesca FINO*
- 27 MAGGIO ore 9:00 ANZIANI E ALIMENTAZIONE

A cura di Marcello Beraudi, Ruben Bertolusso, Giorgia Micene  
NOSTRI VIDEO LIVE POTETE RIVEDERLI QUANDO VOLETE SU FB sulla pagina del  
GRUPPO ARGENTO ATTIVO

