

Organizza

per la serie “Approcci naturali per i disturbi più comuni”

Diretta Zoom Martedì 07 giugno ore 20,45

“I grandi vantaggi dei cibi Superfood”

Per superfood si intendono alimenti di **origine vegetale**, con importanti caratteristiche nutrizionali e minimamente lavorati, meglio ancora se crudi e biologici.



L'interesse crescente nei confronti di questo genere di cibi deriva dal fatto che gli alimenti convenzionali sembrano sempre più poveri di sostanze nutritive. Per questo motivo i Superfood possono rappresentare **un aiuto per sopperire a tali mancanze**. Sarebbero in grado di fornire nutrienti essenziali e influenzare in maniera positiva le funzioni fisiologiche del nostro organismo, per conservare e migliorare lo stato di salute e in alcuni casi persino prevenire l'insorgenza di alcune malattie.

Relatori: Melissa Villa e Carlo Montagnino Naturopati

Evento gratuito aperto a tutti - per info, iscrizioni e richiedere il link d'ingresso 351.5828819 (usare Whatsapp)

