

D ieta **M** editerranea **T** erapia **N°** **1**

L'Ambulatorio di Diabetologia Pediatrica dell'AOU Maggiore di Novara, in collaborazione con AGD Novara, propone un ciclo di incontri di educazione alimentare a con lo scopo di fornire le nozioni pratiche ai giovani diabetici e alle loro famiglie nella preparazione di pasti sani per l'alimentazione di tutti i giorni!

CALENDARIO DEGLI INCONTRI

23 maggio **La spesa su misura**

Impariamo ad acquistare quello che serve per mantenere un buon equilibrio glicemico

30 maggio **Il buon giorno si vede dal mattino**

Come impostare la Dieta mediterranea in 5 pasti

6 giugno **Componi la TUA Dieta Mediterranea**

Organizzare il menù settimanale diventa un gioco da ragazzi!!

13 giugno **Tutti a tavola!**

Celiaci, vegetariani, allergici, intolleranti: mangiare sano premia tutti!

Gli incontri si svolgeranno nella sede di AGD Novara, in via Monte Verdi 7, nei seguenti orari:

- ORE 15.00 per ragazzi dai 10 anni in su
- ORE 16.30 per bambini da 6 a 10 anni
- ORE 18.00 per bambini da 0 a 6 anni

Per iscrizioni e informazioni rivolgersi
all'Ambulatorio Diabetologia Pediatrica
tel. 0321 373 3793

