

ALIMENTA IL TUO BENESSERE

Nutrirsi e Vivere stili di vita corretti

- **OBIETTIVI:** conoscere il fabbisogno nutrizionale in funzione dello stile di vita; rendere consapevoli dell'importanza dell'attività motoria fin dalla giovane età;
- **DESTINATARI:** dai 12 ai 16 anni
- **DURATA:** 2 incontri di due ore ciascuno, di cui il primo presso il punto vendita Coop.

Si svolgerà una spesa simulata e analizzeremo gli aspetti legati ai condizionamenti che moda e pubblicità possono avere sui nostri consumi alimentari.