



INVITO

PER_CORSI FONDAZIONE FICO 2018

ALIMENTARE IL FUTURO. EVENTI&DIALOGHI INTORNO AL CIBO

MERCOLEDI' 21 FEBBRAIO, ORE 17.30

FONDAZIONE FICO, SPAZIO 118 EATALY WORLD

ENPAB. Nutrire le stagioni della vita

Non solo sport. L'allenamento giusto si fa mangiando e bevendo.



Conversazione a cura della biologa nutrizionista
Livia Galletti



BOLOGNA - Come ottenere il massimo, in termini di performance fisica e sportiva, attraverso gli alimenti e l'idratazione? E' questo il tema del prossimo appuntamento promosso da Fondazione FICO e rivolto agli adulti che praticano lo sport. Come ottimizzare la forma fisica e l'eventuale perdita di peso, quali errori da evitare in ambito nutrizionale? **Non solo sport. L'allenamento giusto si fa mangiando e bevendo** è il titolo della conversazione che **mercoledì 21 febbraio, dalle 17.30 a Fondazione FICO - spazio 118 del Parco Agroalimentare Eataly World** – sarà condotta dalla **biologa nutrizionista Livia Galletti**, nell'ambito del ciclo "Nutrire le stagioni della vita" a cura di Enpab, Ente nazionale di Previdenza e Assistenza a favore dei Biologi. **L'ingresso è libero** e aperto alla città, info www.fondazionefico.org

Livia Galletti è la nutrizionista di riferimento di **FIDAF**, la **Federazione Italiana di American Football**, con la quale collabora occupandosi ora della Nazionale maschile tackle in previsione del prossimo campionato europeo che avrà luogo a luglio 2018.

Segue dal punto di vista nutrizionale atleti di interesse Nazionale che praticano diverse discipline sportive. Queste competenze, unite alla sua passione per la cucina, fanno sì che venga anche coinvolta in eventi a tema food come divulgatrice di argomenti legati alla nutrizione umana. Collabora con **A Scuola di Gusto** (la scuola di alta formazione e specializzazione professionale dedicata alla cucina, al mondo della ristorazione e a tutti i servizi e le attività collegate al food di Confcommercio ASCOM Bologna per una serie di eventi a cadenza annuale dal titolo "**Good Food, cosa mangiamo quando mangiamo**"). Partecipa in qualità di Biologo Nutrizionista a cene a tema in alcuni ristoranti.

contatti: fondazioneficopress@gmail.com
cell 3922067895 www.fondazionefico.org