

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

C.à Lampertico, 16 - 36100 Vicenza tel 0444/506361 cell. 338 5074151 Circolare 29

[**circolovicenza@alice.it**](mailto:circolovicenza@alice.it)[**www.unicredip.com**](http://www.unicredip.com/)



**“Le serate culturali del Circolo”**

**Incontri online con la dietista: educazione alimentare**

**e non solo……….**

Cari soci,

continuano le serate culturali del Circolo sulla piattaforma Zoom, all’insegna della sicurezza e della comodità.

Per i prossimi 3 martedì del mese di maggio avremo il piacere di ospitare la dr.ssa Natascia Dell’Agli, dietista presso il Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione dell’Ulss 8 di Vicenza, che ci intratterrà su argomenti interessanti riguardanti la nostra salute.

***11/5 FALSI MITI ALIMENTARI:*** *ormai su riviste, social e mezzi di comunicazione si legge di tutto rispetto alla nutrizione, sana alimentazione e “diete miracolose”. Purtroppo non è sempre tutto vero e questi miti finiscono per condizionare le nostre scelte a tavola*

***18/5 COME ORGANIZZARE LA SPESA ED IL MENU’:*** *alla classica domanda “cosa cucino stasera” si potrebbe rispondere con una buona organizzazione. Riuscire ad organizzare un menù settimanale permette di risparmiare tempo nella decisione dei pasti, variare le scelte inserendo i vari gruppi alimentari e anche risparmiare facendo una spesa mirata e senza sprechi*

***25/5 LO SPRECO ALIMENTARE:*** *lo spreco da parte nostra si combatte, anche a tavola. Compriamo troppo perché poco organizzati, ma molte volte buttiamo cibo anche perché non sappiamo conservarlo o non sappiamo come riutilizzare gli scarti/avanzi. Nel corso della serata vedremo come ovviare, per sprecare meno e mangiare meglio*

Gli incontri avranno inizio alle ore 21 e dureranno circa un’ora, al termine della quale la dottoressa sarà a nostra disposizione per rispondere a tutti i nostri quesiti…...che saranno sicuramente tanti!

La partecipazione è gratuita, **obbligatoria la prenotazione** **entro lunedì 10 maggio**,inviando la scheda di richiesta sottostante alla mail [circolovicenza@alice.it](mailto:circolovicenza@alice.it) e per conoscenza alla referente dell’iniziativa [alessandra.pozzato@unicredit.eu](mailto:alessandra.pozzato@unicredit.eu) telefono 3478893545 . Gli iscritti riceveranno via mail entro il martedì il link per accedere direttamente all’incontro.

Vi aspettiamo numerosi…e curiosi!

Vicenza, 4 maggio 2021

IL CIRCOLO

=============================================================================================

Il sottoscritto …………………………………………………………......... socio ord. (….) socio aggr.(…)

e-mail…………………………………………………………………………………………………..cell.………………………............................................

chiede di partecipare ai seguenti incontri

***( ) 11/5 FALSI MITI ALIMENTARI***

***( ) 18/5 COME ORGANIZZARE LA SPESA ED IL MENU’***

***( ) 25/5 LO SPRECO ALIMENTARE***

Data……………………………………………… firma……………………………………………………………

*PRIVACY: Avendo preso atto dell’informativa fornitami da UniCredit Circolo Vicenza sui contenuti, diritti e doveri sanciti dal Regolamento Europeo (UE / 2016/679) in tema di protezione dati, informativa comunque sempre consultabile sul sito del Circolo stesso (unicreditcircolovicenza.it)* ***consento*** *a UniCredit Circolo Vicenza di trattare i miei dati per l’organizzazione ed erogazione dei servizi richiesti in questa circolare.*

*Firma …………………………………………*