



La Scelta Bio/Non Bio per un'alimentazione finalizzata alla Salute Mentale

Bologna, **giovedì 26 novembre 2020** | ore 15-17,30

Negli ultimi anni, le Associazioni della Salute Mentale di Bologna hanno approfondito il tema della relazione tra Alimentazione e Salute Mentale.

Oggi facciamo il punto sui metodi e sulle condizioni di produzione dei nostri alimenti.

Pesticidi, coloranti ed antibiotici nel nostro piatto: quanti ne assumiamo? Che effetto hanno sulla nostra salute fisica e psichica?

Come proteggerci? Quali garanzie ci dà il marchio Bio?

Quanto ci costa in più? Ne vale la pena?

Come vengono prodotti gli ortaggi bio rispetto a quelli non bio? Con quali condizioni specifiche?

Come vengono alimentati gli animali negli allevamenti attenti alla nostra salute? Con quali tempi di crescita?

Con quale luce? Con quale stile di vita degli animali negli allevamenti?

In modo consapevole, quali scelte adoperare oggi per la salute mentale?

NE PARLEREMO INSIEME A:

Renata Alleva

Nutrizionista, specializzata in scienze dell'alimentazione, autrice di numerosi saggi con particolare attenzione all'agricoltura biologica e all'importanza di una alimentazione sana sin da piccoli

Johan Crous

Presidente della Coop Sociale Eta Beta a Bologna, produttore di ortaggi bio

Alberto Pelloni

Titolare dell'azienda "allevamenti al pascolo", produttore di pollame e selvaggina a Mezzano (RA)

Trasmissione del seminario presso la Cooperativa **ETA BETA** via del Battiferro 11, Bologna
collegamento streaming aperto sulle piattaforme Lifesize e Facebook.

Se volete intervenire in video potete collegarvi a Lifesize cliccando sul seguente link:

<https://call.lifesizecloud.com/extension/781043>

Per seguire su Facebook collegatevi alla pagina <https://www.facebook.com/SogniEBisogniBologna>

Non è indispensabile registrarsi prima per potere partecipare al seminario, tuttavia se le fate agevolerete la nostra organizzazione (informazioni ed adesione presso mf.delatour@gmail.com).