



**ATiDU Ticino e Moesano**

ASSOCIAZIONE  
PER PERSONE  
CON PROBLEMI  
D'UDITO

## **L'incontro: appuntamento con la salute: "Sempre a dieta e non perdo un chilo"**



*Le hai provate tutte, ma nessuna dieta funziona? Hai voglia di alleggerirti aiutandoti con l'alimentazione naturale, perdere peso senza sentirti costretto e "a regime"? In questo incontro verranno evidenziati i principali aspetti legati al dimagrimento e al suo raggiungimento duraturo.*

**Chiara Pelossi:** da sempre appassionata di cucina e alimentazione sana, convinta che la salute passi anche dal piatto, ha seguito molteplici formazioni nell'ambito dell'alimentazione che le hanno poi permesso di offrire consulenze specializzate.

Ha creato un frizzante sito internet ed un blog "Cavoli a merenda" ricco di idee e preziosissimi consigli.

Chiara è inoltre anche insegnante di cucina naturale presso i Corsi per adulti del Canton Ticino, una scrittrice di narrativa e giornalista presso la rivista Gente Sana.

**Data: giovedì 29 aprile 2021 ore 20.00**

**On line tramite piattaforma in zoom, l'invito sarà recapitato direttamente via mail agli iscritti**

Iscrizioni: **inviando una mail a [info@atidu.ch](mailto:info@atidu.ch)** o telefonando 091 857.15.32 entro mercoledì 26 aprile 2021.