



OCI BARCELONA



Pautes per a una bona alimentació

EL CENTRE CÍVIC URGELL OFEREIX DUES CONFERÈNCIES SOBRE SALUT I HÀBITS ALIMENTARIS

El **Centre Cívic Urgell** organitza el Cicle Alimentació amb la voluntat d'informar els ciutadans sobre els **hàbits alimentaris** i la seva influència en la salut.

Tecnologia alimentària

El cicle es va posar en marxa el mes de novembre amb la xerrada *Dubtes i mites sobre l'alimentació*, a càrrec de la dietista i nutricionista **Victòria Garcia Framis**.

El mes de desembre, s'han previst dues noves xerrades, així que traieu l'agenda i anoteu. La primera porta el títol *La tecnologia alimentària en el dia a dia* (13 de desembre) i la impartirà **Marta Ros**, tecnòloga dels aliments.



Al desembre s'organitzaran dues xerrades sobre alimentació.

Amb ella descobrireu què és la **tecnologia dels aliments** i com es manifesta en la nostra vida quotidiana. A més, podreu aprendre a **interpretar**

l'etiquetatge dels productes que trobem als supermercats i descobrireu **la funció dels additius** i com influeixen en la nostra alimentació.

Sensibilitat alimentària

Celiaquies, **al·lèrgies i intoleràncies** també estan a l'ordre del dia. Per això es converteixen en el tema principal de la segona conferència, titulada *Les 'noves' patologies alimentàries* (20 de desembre). La doctora **Lluïsa Colomer**, especialitzada en aparell digestiu i medicina antroposòfica, explicarà per què les al·lèrgies i les intoleràncies afecten cada vegada més gent. També descobrirem per què, de vegades, allò que mengem ens fa mal.

CICLE ALIMENTACIÓ

CENTRE CÍVIC URGELL. C/ D'URGELL,
145. BARCELONA. 13 I 20 DE DESEMBRE,
19.30H. PREU: GRATUÏT. ● Ccurgell.cat