



UNA VITA INTORNO AL FRIGO

*Percorso in tre tappe per capire che cosa va e che cosa non va
nel rapporto con quello che mangiamo*

> MERCOLEDI' 4 NOVEMBRE: DAL CIBO NEMICO AL CIBO CONSOLATORIO

Una panoramica sui diversi modi di vivere il nostro rapporto con l'alimentazione

Relatore: Dott.ssa Erica Crespi

> MERCOLEDI' 11 NOVEMBRE: CHE COSA VUOL DIRE NON MANGIARE O MANGIARE TROPPO

Possibili significati, limiti e risorse del pensare sempre alla bilancia

Relatore: Dott.ssa Marta Sconci

> MERCOLEDI' 18 NOVEMBRE: OLTRE LA FAME... LE EMOZIONI

Imparare ad ascoltarsi per riconoscere e differenziare quello che si prova

Relatore: Dott. Enrico Bassani



**Centro di Psicologia
Integrata Lecco**

www.centropsicologialecco.it

*Dove: gli incontri si terranno presso il
Centro di Psicologia Integrata Lecco
(via Leonardo da Vinci n. 15, Lecco)
dalle 20.30 alle 22*

Costi: 90 euro a partecipante per l'intero ciclo

Informazioni e iscrizioni:
info@centropsicologialecco.it
cell. 334.2784713