

EVENTO FORMATIVO AL FEMMINILE:

GLI STILI DI VITA PER LA PROMOZIONE E LA CONSERVAZIONE DEL BENESSERE.

EDUCAZIONE ALIMENTARE ED ATTIVITÀ FISICA NELLA DONNA



3 LUGLIO 2026
dalle ore 19:00



NULVI (SS)
Località Giulzi

Una serata dedicata al benessere femminile, per scoprire come una corretta alimentazione, l'attività fisica e uno stile di vita consapevole possano fare la differenza nella prevenzione e nella tutela del benessere della donna.

CONOSCERE, PREVENIRE, PRENDERSI CURA DI SÉ.



RELATORI



Dott.ssa Alessia Dessanti
Biologa Nutrizionista



Dott.ssa Aurora Dessena
Ostetrica, riabilitatrice del
pavimento pelvico



Dott. Giovannino Tedde
Medico di Medicina Generale



Dott.ssa Paola Lubinu
Presidentessa O.P.O.



Dott.ssa Jessica Pulina
Docente di Scienze Motorie e Specialista
nell'allenamento femminile



Dott.ssa Sabrina Alvau
Ginecologa



alimentazione
consapevole



attività fisica
adatta



stile di vita
corretto

Perché il benessere femminile comincia da dentro.



INSIEME PER LA SALUTE
DELLE DONNE

INFORMAZIONE • CONSAPEVOLEZZA • PREVENZIONE



*In memoria di
Maria Giovanna
Satta*

