



**TERTÚLIA:**

# **ALIMENTACIÓ SALUDABLE I EQUILIBRADA**

**DIA: DIVENDRES 16 D'ABRIL A LES 21:30**  
**LLOC: A LES ANTIGUES ESCOLES**

**A CÀRREC de NEUS ARIMANY CRIBALLÉS**

Diplomada en Nutrició i Dietètica,  
de l'equip d'Equilibria Assessors en Nutrició i Dietètica.

## **ORDRE DEL DIA:**

- 1 INTRODUCCIÓ**
- 2. ALIMENTS i NUTRIENTS**
- 3. EQUILIBRI NUTRICIONAL**
- 4. DISTRIBUCIÓ ENERGÈTICA**
- 5. CONCLUSIONS**
- 6. TORN OBERT DE PARAULES**