

**Dimecres 16 d'Octubre a les 18:30 de la tarda, a la Sala de la Columna de l'Ajuntament de Vic, va tenir lloc la xerrada "Com alimentar-nos quan ens fem grans" a càrrec de Neus Arimany, dietista de l'equip d'Equilibria.**

**La conferència es va celebrar en motiu de l'acte d' inauguració del programa d'activitat física per a la gent gran.**

**L'acte va estar presidit per la regidora d'Esports, Montserrat Rovira, i va comptar amb la presència del gerent de l'Institut Municipal d'Esports Miquel Duran i la coordinadora del programa Mercè Cuberta.**

**Es van tractar temes d'interès com què son els nutrients, quines funcions fan al cos, on els trobem en els aliments i com combinar-los per aconseguir una alimentació saludable que pugui permetre una millor qualitat de vida.**

**Donem les gràcies a l'Ajuntament de Vic i l'IME per haver-nos convidat en aquest acte així com també a tots els assistents.**

**EQUILIBRIA**