

CRAL ELETTRA

Cari soci CRAL,

E' stato fissato il primo incontro con la nutrizionista sul tema "**BENESSERE DONNA A 360°**", si terrà in data **giovedì 13 giugno alle ore 16.45**.

La durata sarà di circa un'ora, con mezz'ora a disposizione per domande e discussioni.

Vi aspettiamo nella sala seminari in primo piano dell'edificio T1.

Il direttivo del Cral sostiene interamente il costo del nutrizionista relatore dell'appuntamento.

Durante l'incontro la nutrizionista farà un excursus sulle tre fasi della vita; dalla giovinezza alla menopausa, sugli approcci alimentari e darà spunti di riflessione se è più utile per il proprio benessere fare dieta o migliorare il proprio stile di vita.

Avendo la sala una certa capienza, è stato fissato un numero massimo di 40 partecipanti ad incontro, quindi è richiesta un'iscrizione per gli interessati.

In caso vogliate partecipare, Vi prego di inviare una mail alla sottoscritta roberta.biancotto@elettra.eu entro venerdì 31/05/2024. Sarete inseriti nella lista partecipanti fino ad esaurimento posti.

Vi ricordo che l'incontro è al di fuori dell'orario lavorativo per tanto per partecipare è necessario effettuare la timbratura di uscita e poi rientrare timbrando con il codice Cral numero 31.

Nel caso foste soci esterni iscritti al Cral, provvederò a lasciare il vostro nominativo in guardiana per l'autorizzazione all'ingresso in Elettra. Lasciato il vostro documento di identità in guardiana vi verrà fornito un badge provvisorio da riconsegnare all'uscita.

Sperando di aver fatto cosa gradita, siete tutti i benvenuti, vi aspetto numerosi.

Un caro saluto
Roberta Biancotto