

# Alimentazione e peso

## Oggi due incontri

— LIVORNO —

**L'ATTENZIONE** ai problemi alimentari e ai temi ad essi legati è sempre più alta sia a livello nazionale che locale. In questi giorni due sono le iniziative che si segnalano. Oggi si svolgerà l'8° edizione dell'Obesity day, la giornata di sensibilizzazione nazionale dedicata all'obesità, promossa dall'Adi - Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica. A Livorno, uno dei punti di riferimento è il "Centro Interdisciplinare di Studio e Terapia dell'Obesità e dei Disturbi Alimentari" della Casa di Cura "Villa Tirrena". Gratuitamente si avranno valutazione del peso e di eventuali problemi che possono influire sul comportamento alimentare. Verrà inoltre distribuito materiale su sovrappeso, obesità e alimentazione equilibrata. Anche quest'anno il Centro continuerà ad offrire consulenze gratuite per tutto il mese di ottobre. Per informazioni 329/6234689 oppure [www.disturbi-alimentari.it](http://www.disturbi-alimentari.it). Parte sempre oggi, promosso dall'associazione Libra - Disturbi Alimentari, un laboratorio pedagogico clinico esperienziale dal titolo «Dialogo corporeo, conoscenza e crescita». Scopo raggiungere e potenziare le risorse necessarie per un buon dialogo corporeo, grazie alla costruzione positiva della propria immagine corporea e della stima di sé.

Una scelta fra tre livelli, ognuno di 6 incontri e due fasce orarie, la serale dalle 19 alle 20.30 (mercoledì) e mattutina dalle 11 alle 12.30 (sabato mattina). Per informazioni e iscrizioni [info@associazionelibra.org](mailto:info@associazionelibra.org), o 366 4436009.

**Federica Luchetti**