



MY SELF

L'importanza di prendersi cura di sé

Store IKEA Roma Anagnina - 12 giugno 2017 – Dalle ore 13:00 alle 14:30

- **Saluti di benvenuto e presentazione del progetto MY SELF**
Stefano Maida - HR Manager IKEA
- **Presentazione di Europa Donna Italia**
Loredana Pau - Consigliere Europa Donna Italia
- **Testimonianza dell'associazione della rete di Europa Donna Italia legata al territorio**
Giusy Giambertone - Fondazione Prometeus
- **Stili di vita, alimentazione e prevenzione**
Nicoletta Del Duca - Medico Chirurgo, specialista in Scienza dell'alimentazione
La Dottoressa illustrerà l'importanza di comportamenti e stili di vita salutari con focus su alimentazione e attività fisica
- **Sessione di Domande & Risposte**