

**In libreria**

L'alimentazione

## **SCEGLIERE IL CIBO PER STARE IN SALUTE**

Uno zoom completo  
e scientifico sugli alimenti  
per aiutarci a scegliere meglio  
e consapevolmente gli alimenti  
di cui ci nutriamo. Perché il cibo  
sia davvero la nostra medicina  
Con cento ricette sane e golose



### **LA NUTRIZIONE CONSAPEVOLE**

Francesca  
Martinato  
174 pagine  
14 euro

**Il Pensiero  
scientifico**