



**L'INIZIATIVA VENERDÌ SARÀ PRESENTATO IL LIBRO 'EQUILIBRIO&GUSTO'**

## Herbaria, un occhio anche al mangiar sano

— ABBADIA DI FIASTRA —

**SPAZIO** al mangiare sano con equilibrio e gusto nell'ambito di Herbaria, in programma da giovedì a domenica ad Abbadia di Fiastra. Sarà infatti presentato, venerdì alle 12, il libro 'Equilibrio&Gusto 60 ricette Aidap'. Interverranno la giornalista Giovanna Zucconi e la product manager di Aboca Antonella Auricchio. Ai partecipanti sarà dato in omaggio un kit con prodotti erboristici di Aboca. Obiettivo dell'iniziativa è promuovere e diffondere uno stile alimentare sano ed equilibrato, fondamentale per prevenire problematiche di salute correlate ad alimentazione scorretta e sovrappeso.



## Equilibrio & Gusto

60 ricette AIDAP per mangiare  
in modo sano e leggero



**BENESSERE** La copertina del libro di Aboca e, a destra, la sede di Herbaria ad Abbadia di Fiastra