

# La Buona Alimentazione:

buona per te, buona per il pianeta, buona per il mondo!



**ANDID**  
ASSOCIAZIONE  
NAZIONALE  
DIETISTI

Numero verde **800976680**

tel. **045 8008035**

email **info@andid**

**www.andid.it**

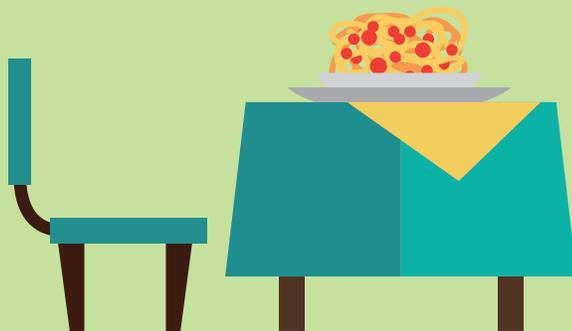
**www.lasettimanadeldietista.it**

**f dietistiandid**

**@DietistiAndid**

Scarica anche la guida "Non è vero che...",  
disponibile gratuitamente sul sito  
**www.lasettimanadeldietista.it**

**Non è vero** che  
per dimagrire  
bisogna eliminare  
pane e pasta



**Non è vero**  
che saltare i  
pasti aiuta a  
mangiare meno e  
a dimagrire

