

Spunti di Nutrizione ed altro...

Giusi D'Urso

Collana "Sentieri"
Manidistrega Editrice

Un libro adatto a tutti i non addetti ai lavori che vogliono farsi un'idea su diete, prevenzione e molto altro...

Questo piccolo testo dal taglio divulgativo è nato dalla raccolta in un unico volume di articoli che l'Autrice ha pubblicato periodicamente sul settimanale pisano "Il Fogliaccio" a partire dal 2006. L'idea è quella di proporre qualche spunto di riflessione, corredato di brevi informazioni storiche, notizie scientifiche, consigli erboristici e curiosità.

"Mangiare non significa solo nutrirsi, ma anche gratificarsi, ricordare ed identificarsi; per questo ho voluto, in questa piccola pubblicazione, unire le mie due grandi passio-



(seconda edizione dicembre 2008).

I consigli erboristici sono stati offerti da Alessandra e Claudia Taffi - Erboristerie Botanicum (Pisa).

ni: quella per la nutrizione, che mi impegna professionalmente nel quotidiano e quella per la scrittura, che mi aiuta a percepire e descrivere il meglio della vita".

(Dall'introduzione dell'Autrice)

Giusi D'Urso è nata a Messina nel 1967 e dal 1983 abita e lavora a Pisa. È Biologa Nutrizionista e Patologa Climco. È coautrice del saggio per le famiglie, pubblicato nel dicembre 2008 *Mangiando in allegria; Mangiare sano e inquinare meno proviamo?* Oltre che alla Nutrizione, Giusi D'Urso si dedica con passione anche alla scrittura. Il suo romanzo d'esordio *Il bene tolto* è stato pubblicato nel 2006