

Alimentazione consapevole: tavola rotonda e colloqui gratuiti

Pubblicato: Mercoledì 23 Novembre 2016



All'**Istituto San Carlo di Busto Arsizio** è il mese dell'alimentazione consapevole e il 26 novembre è in programma una **tavola rotonda e colloqui nutrizionali gratuiti con gli specialisti**.

L'alimentazione deve essere una scelta consapevole. Cosa mangiamo? Come mangiamo e quali sono gli effetti sulla nostra salute e sul nostro corpo?

Se ne parla il 26 novembre all'Istituto San Carlo, **dove dalle 9 alle 12, medici, dietologi e nutrizionisti** (in particolare la Dottssa Chiara Gallo Stampino, il Dr. Elisabetta Macorsini e il Dr. Alessio Tosatto) **si confronteranno sui temi chiave di un nuovo modo di guardare il cibo**, una tavola rotonda per imparare ad alimentarsi in maniera più cosciente, con approfondimenti sulla provenienza degli alimenti, le caratteristiche dei cibi e i legami tra i modelli nutrizionali e la salute. A seguire, **i medici saranno a disposizione dei pazienti per un colloquio nutrizionale gratuito**, in cui esporre dubbi ed eventuali difficoltà relative alla propria alimentazione, alla dieta o al peso.

L'iniziativa fa parte della **campagna d'informazione "Alimentazione consapevole – Crea la tua salute nel piatto"**, avviata dal Circuito Informazione e Prevenzione (CIP) in collaborazione con Elisir di Salute, rivista digitale dedicata all'Informazione sanitaria.

Per comunicare la propria partecipazione o richiedere informazioni: 0331 685065

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it