

La salute in tavola

Di c.f.

Prenderanno il via lunedì prossimo presso la sala dell'Ecomuseo Valle del Caffaro a Bagolino quattro serate dedicate al cibo e alla salute

La salute vien mangiando. Una sana e corretta alimentazione è la base di una vita in salute. Tutti ne siamo consapevoli.

L'assunzione errata di alimenti, sia nella quantità che nella qualità, può essere uno dei fattori principali nella determinazione di stati patologici quali ipertensione, malattie dell'apparato cardiocircolatorio, obesità, diabete e alcune forme di tumori.

Ma cosa vuol dire mangiare sano? Ci sono alimenti che fanno bene e altri che fanno male? E i metodi di cottura e preparazione quanto incidono?

A queste ad altre domande cercherà di dare risposta una serie di quattro incontri promossi dall'amministrazione comunale di Bagolino dal titolo "Dove cucina e salute si incontrano".

Le quattro serate, rivolte gratuitamente alla popolazione, si terranno alle 20.30 presso la Sala dell'Ecomuseo Valle del Caffaro, in via S. Giorgio 5 a Bagolino, a iniziare da lunedì 17 marzo, per proseguire poi martedì 25 e lunedì 31 marzo e concludersi lunedì 7 aprile.

Interverrà in veste di relatrice la dott.ssa Simona Grazioli Schagerl che illustrerà il rapporto fra cibo, salute e ambiente, e parlerà dei diversi cibi e degli elementi nutritivi (zuccheri, grassi, aromi, ecc.).

DATA DI PUBBLICAZIONE: 13/03/2014 - AGGIORNATO IL 31/10/2025 ALLE 02:00

2025 © TUTTI I DIRITTI SONO RISERVATI

AUTOGESTIONE CONTENUTI DI EDIZIONI VALLE SABBIA SRL C.F. E P.IVA: 02794810982 - SISTEMA [GLACOM®](#)