

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

SALUTE E ALIMENTAZIONE

Redazione · Friday, November 2nd, 2012

✖ Le Associazioni Amiamo Castellanza e Laboratorio di Cucina Naturale, con il patrocinio del Comune di Castellanza, organizzano lunedì prossimo, 5 novembre, la Conferenza dal titolo “Salute e alimentazione: un’opportunità di cambiamento” che si terrà alle ore 20.45 presso la Biblioteca Civica di Castellanza (Piazza Castegnate, 2bis).

L’incontro si pone all’interno di un ciclo di Conferenze promosso dalle due associazioni riguardanti il rapporto tra cibo e salute; durante il primo appuntamento (dal titolo “La salute vien mangiando”) abbiamo ascoltato la relazione della Dott. Elena Consolaro, che ci ha mostrato come sia possibile mantenere sano il nostro corpo semplicemente mangiando in modo intelligente e consapevole. Il tema, tra l’altro, era già stato toccato, seppur marginalmente, nella serata promossa da Amiamo Castellanza riguardo all’esperienza dei Farmer’s Market (mercati degli agricoltori a vendita diretta).

Nell’incontro di lunedì prossimo prevista la relazione del prof. Sergio Chiesa, esperto di alimentazione e salute, presidente dell’Associazione Cibo è salute, che tiene conferenze in tutto il territorio nazionale.

La serata è intesa a mostrare ai partecipanti i fondamenti scientifici del legame tra il nostro stile alimentare e le più diffuse malattie croniche. L’Associazione Cibo è salute si propone, in particolare, di divulgare i fondamenti del metodo Kousmine, un’alimentazione per la salvaguardia della salute e la cura delle malattie.

L’ingresso è ovviamente gratuito e aperto a tutti.

This entry was posted on Friday, November 2nd, 2012 at 3:16 pm and is filed under [Cronaca](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.