

Guarire mangiando, due serate per la cultura dell'alimentazione

Concesio

■ «Guarire mangiando» è il titolo delle due serate organizzate a Concesio dal Comitato unico di garanzia in collaborazione con il gruppo Alpini del paese.

Gli incontri si terranno all'auditorium "Lino Monchieri"

dell'Istituto comprensivo di via Camerate a partire dalle 20.30.

Il primo, intitolato «Alimentazione di segnale: come difendersi da farmaci e cibo spazzatura», avrà come relatore il dottor Luca Speciani, medico chirurgo e dottore in scienze agrarie, responsabile della nazionale italiana di ultra maratona e si terrà questa sera (22 febbra-

io). Il primo marzo, invece, con Speciani ci sarà anche la dottoressa Lyda Bottino, farmacista e nutrizionista.

L'argomento della seconda serata sarà «Etichette alimentari: impariamo a leggere cosa mangiamo». Agli incontri, gratuiti e aperti a tutti, parteciperanno anche la dottoressa Michela Bariselli e la psicologa Sandra Perini. L'idea è di rendere pubblici e disponibili una serie di indirizzi che possano giovare alla salute e diffondere una cultura comune sulle sane abitudini di vita. //