



SIAN – DSM XIII MUNICIPIO ASL RMD

13 e 14 settembre 2012-SALE ESPOSITIVE-BIBLIOTECA ELSA MORANTE-OSTIA

PRESENTANO

GRUPPO DI EDUCAZIONE IN AMBITO NUTRIZIONALE

(CIBO E BENESSERE)



PROGRAMMA 13 settembre 2012

09.00 – 09.30 *registrazione dei partecipanti*

09.30 – 09.35 *introduzione all'evento* (Dr.ssa D. Zapelloni, Responsabile culturale, Biblioteca Elsa Morante)

09.35 – 09.45 *saluto dsm, sian e dipartimento prevenzione, asl rmd*

09.45– 10.45 *la sorveglianza PASSI negli stili di vita : promozione di comportamenti*

alimentari salutari (Dr.ssa Rosanna Trivellini, Dott. Domenico Follacchio, Coordinamento aziendale PASSI-
Dipartimento Prevenzione ASL RMD)

10.45– 11.00 *razionale del corso* (Dr.ssa M. N. Giorgi, D. M. SIAN, Dr.ssa M. Franco, D. M. CSM)

11.00 – 11.15 *pausa*

11.15 – 12.00 *dieta mediterranea* (Dr.ssa A. Tartaglia, SIAN ASL RMD)

12.00 –12.30 *sindrome metabolica* (Dr. G. Guerani, Respon. SPDC , Osped, GB Grassi, Ostia, IP S. Cecchini, A.L. Giannello)

12.30-13.00 *discussione*



PROGRAMMA 14 settembre 2012

09.00 – 09.30 *registrazione dei partecipanti*

09.30 – 10.30 *sport e benessere psico-fisico* (Dott. M. Gigli, Dirigente Medico UO
Medicina dello Sport, UOC SISP)

10.30 – 11.30 *alimentazione e sport* (Dott. Igino Bonacci, Dirigente Medico, Specialista
in Scienza dell'Alimentazione ASL RMD, Distretto Sanitario XVI Municipio)

11.30 – 11.45 *pausa*

11.45 – 12.30 *orto didattico* (Agronomo e allievi CD Tagaste))

12.30 – 13.00 *Discussione*



COLORI	ORTAGGI E FRUTTA	EFFETTI SULLA SALUTE
BLU VIOLA		<ul style="list-style-type: none"> • Effetti positivi su tratto urinario, invecchiamento (salutario) • Riduzione rischio tumori e malattie cardiovascolari
VERDE		<ul style="list-style-type: none"> • Effetti positivi su occhi, ossa e denti • Riduzione rischio tumori
BIANCO		<ul style="list-style-type: none"> • Effetti positivi su livelli di colesterolo • Riduzione rischio tumori e malattie cardiovascolari
GIALLO ARANCIO		<ul style="list-style-type: none"> • Effetti positivi su sistema immunitario, occhi, pelle • Riduzione rischio tumori e malattie cardiovascolari
ROSSO		<ul style="list-style-type: none"> • Effetti positivi su tratto urinario e memoria • Riduzione rischio tumori e malattie cardiovascolari



