

Il collegio Castelli apre la strada ad Expo

Pubblicato: Giovedì 27 Marzo 2014



Al Collegio Arcivescovile “Castelli” di Saronno, si respira già aria di EXPO: sabato 5 aprile, dalle ore 9.15, ci sarà un convegno dal titolo **“Mangiare in...formati: perché alimentarsi adeguatamente oggi?”**. Il tema della giornata sarà imperniato attorno al valore e all'importanza dell'alimentazione nel nostro tempo.

«Lo scopo è quello di diffondere la consapevolezza sulla necessità **di una corretta e sana alimentazione** sia in termini qualitativi che quantitativi, sottolineando che la necessità di soddisfare integralmente i bisogni alimentari dell'essere umano può avvenire nel rispetto della dignità degli individui e del sistema naturale in cui sono inseriti – spiegano dalla scuola -. L'evento si articola in due momenti: in primo luogo l'intervento degli esperti per presentare un'innovativa filosofia culinaria, emersa negli ultimi anni, mirata alla realizzazione di tecniche e ricette che siano in grado **di far “dialogare” le Linee Guida Nazionali e Internazionali sulla corretta Dietetica e Nutrizione** con prescrizioni dietetiche, bilanciate dal punto di vista nutrizionale, ricche di colore e di gusto, appaganti dal punto di vista visivo e sensoriale. Inoltre verranno dati dei suggerimenti per cogliere eventuali segni di disagio alimentare che a volte nascono negli adolescenti».

«In secondo luogo – concludono dalla scuola -, gli alunni dell'Istituto Alberghiero “Castelli” di Saronno, in collaborazione con le Associazioni aderenti, saranno protagonisti nella realizzazione di laboratori attinenti ai diversi aspetti dell'alimentazione: **i visitatori, piccoli e grandi, potranno partecipare in modo interattivo gustando assaggi di cibi sani e naturali**. La giornata si rivolge a tutti coloro che intendono fare un viaggio nella sana alimentazione».

Intervengono: **Anna Maria Vinci** Alimentazione e qualità sensoriale; **Milena Colzani** Dalla giusta alimentazione al giusto peso: il punto di vista del nutrizionista; **Denise Amiens** Dalla giusta alimentazione al giusto peso: il punto di vista dello psicologo.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it

