



**ADI** ONLUS

Associazione Italiana  
di Dietetica e Nutrizione Clinica

SEZIONE CALABRIA



**EDIZIONE 2017**

**Salute InForma**

**Dieta Mediterranea Regionale**

**10 Ottobre 2017 - ADI Calabria**

**Programma:**

Ore 11:00/13:00 - Conferenza stampa e saluto delle Autorità.

**Parte pratica:**

Ore 16:00/17:00 - Valutazione antropometrica, peso, altezza, indagine alimentare a cura dei dietisti.

Consigli alimentari forniti a seguito di indagine alimentare da parte dei dietisti.

Misurazione della pressione a cura di infermieri.

**Relazioni:**

Ore 17:00 Dieta Mediterranea andata e ritorno

- La storia della dieta mediterranea
- Cos'è cambiato oggi

Ore 18:00 La Dieta Mediterranea in Calabria, ritorno alle origini.

- Il potere degli alimenti regionali e il loro impatto sulla nostra salute
- L'olio d'oliva
- Cereali integrali e grani antichi
- I legumi
- Vino, liquirizia, bergamotto, clementine, peperoncino
- Bio & KM0

**TAVOLA ROTONDA con i produttori**

**Istituto Alberghiero  
Via G. Leopardi, 4  
SOVERATO (CZ)**