“Nutrirsi bene per conoscersi meglio”: i consigli dei biologi nutrizionisti

LECCE – Sabato 29 settembre, a partire dalle ore 17, è in programma a Lecce la quarta Giornata Salentina del Biologo nutrizionista. L’evento – organizzato da Abisa (Associazione biologi nutrizionisti del Salento) – si svolgerà nella sala Open Space di Palazzo Carafa. Sarà l’occasione per conoscere più da vicino i migliori sistemai nutrizionali grazie all’aiuto di un esperto del settore.

L’iniziativa si aprirà con i saluti del sindaco Carlo Salvemini. Subito dopo è in programma un incontro sul tema “La masseria: luogo di produzione e cultura contadina. L’alimentazione e le tradizioni dall’antico passato al moderno presente”. Seguirà un altro incontro su “Dieta mediterranea patrimonio Unesco: il modo migliore per vincere in salute, mantenere la linea e gustare i sapori della nostra terra”, a cura di Loredana Savarini, biologo nutrizionista.

L’evento sarà moderato da Martino Martellotta, presidente di Abisa.

L’associazione **ABiSa**, presente ormai da anni sul territorio salentino, svolge la sua attività attraverso corsi di formazione, convegni, congressi e incontri aperti al pubblico e presso scuole di ogni ordine e grado. Ha essenzialmente lo scopo di dare informazioni inerenti al mondo dell’alimentazione e della nutrizione e collabora, inoltre, con associazioni scientifiche, culturali e di volontariato che hanno a cuore il tema dell’alimentazione. La sua collaborazione è rivolta anche ad aziende che operano nel campo della ristorazione al fine di supportare, con adeguati suggerimenti, la realizzazione di alimenti sani ed

equilibrati.