



# COMUNE DI PONSO

## COMITATO PER LA BIBLIOTECA

Vi invita presso la sala civica di Via VITTORIO 33  
Alle ore 21.00

Incontri gratuiti su

## “Alimentazione e Salute”

Giovedì 6 maggio 2010

**Come nutrirsi in modo sano nel mondo di oggi.** Il cibo ideale. Cibi acidificanti o alcalinizzanti. Antibiotici o centrifughe. Antiossidanti e radicali liberi. Uso delle Vitamine.

Giovedì 13 maggio 2010

**Alimentarsi con intelligenza.** Cibi e sistema immunitario, cibi muco e catarro, alimentazione e colesterolo. Apparato cardio-circolatorio, dieta alimentare e stile di vita. Lo zucchero ed il sale.

Giovedì 20 maggio 2010

**Siamo ciò che mangiamo.** Additivi, grassi idrogenati, grassi saturi ed insaturi. Il ruolo dell'acqua. Agricoltura e batteri, agricoltura ed ormoni. Allergie ed intolleranze. Cibo e mass media.

---

Relatori Dell'Associazione Arcipelago Veneto.

dott. **Lucio Levorato** Laureato in Economia degli Alimenti, ricercatore ed operatore del settore alimentare, esperto in nutrizione;

sig. **Luca Dalla Libera** esperto in nutrizione, sistema di produzione e merceologia degli alimenti.

[www.centrostudisalute.org](http://www.centrostudisalute.org)



**CENTRO STUDI SALUTE**  
**USA IL CUORE E RINASCI**

MOVIMENTO  
**SERENO**