

Continua la collaborazione tra Comune di Varese e ASL della Provincia di Varese, avviata con la creazione del progetto "A tavola con EXPO", in cui, per informare sui temi della nutrizione, si utilizzano i piatti della tradizione ed i prodotti del territorio per incontrare il grande pubblico (progetto patrocinato da EXPO2015).

L'incontro di oggi si inserisce nel processo avviato sul territorio dagli Enti per realizzare il binomio *buon cibo - buona salute* a cui i ristoratori hanno risposto con entusiasmo.

Grazie alle attività di aggiornamento ed informazione svolte da ASL ed UNIASCOM, molti chef si sono impegnati nella valorizzazione del prodotto stagionale, nel creare preparazioni equilibrate sotto il profilo nutrizionale ed a contrastare, con la scelta di ingredienti selezionati ed adeguate tecniche di preparazione, le più diffuse patologie quali diabete, ipertensione, intolleranze ed obesità.

Queste buone prassi rappresentano un fiore all'occhiello del nostro territorio, da coltivare e divulgare in occasione di EXPO2015.

Si ringraziano coloro che hanno contribuito alla realizzazione dell'evento:

Reception e logistica

Rossella Cardinale

Attività Promozione del Territorio - Comune di Varese

Rosita Marchese e Emanuela Volonté

Dipartimento Prevenzione Medico - ASL Varese

Percorso "A tavola con EXPO"

Deborah Crestani e Giulia Pozzi

Attività Promozione del Territorio - Comune di Varese
Servizio Civile Volontario

Counselling nutrizionale

U.O.C. Sicurezza Alimentare e Nutrizione ASL Varese

Esame Profilo Lipidico Glucidico

U.O.C. Sicurezza Alimentare e Nutrizione ASL Varese



COMUNE DI
VARESE



Regione
Lombardia
ASL Varese



Con il Patrocinio di



MILANO 2015
NUTRIRE IL PIANETA
ENERGIA PER LA VITA

www.expo2015.org



VARESE, 14 MARZO 2015
Teatro Santuccio, Via Sacco 10



PROGRAMMA

Moderatore:
Matteo Inzaghi
Direttore Rete 55

9.30 SALUTO DELLE AUTORITÀ

Attilio Fontana
Sindaco di Varese

Sergio Ghiringhelli
Assessore Turismo, Commercio
e Marketing territoriale - Comune di Varese

Paola Lattuada
Direttore Generale ASL della Provincia di Varese

Renato Scapolan
Presidente Camera di Commercio di Varese

Mauro Visconti
Direttore Sede territoriale di Varese
Regione Lombardia

INTERVENTI

10.15

Percorso "A tavola con EXPO"
Massimiliana Brianza
Capo Attività Promozione del Territorio
Comune di Varese

10.30

Suggerimenti e consigli dietetici
per la donna nelle diverse età della vita
Maria Antonietta Bianchi e Antonella Capurso
ASL Varese

10.45

La scelta degli alimenti: facciamo la spesa
Valentina Romano e Massimiliano Cernuschi
ASL Varese

11.00

Il Club di prodotto "Food & Wellness" ed il progetto
"Ristorante della salute"
Giordano Ferrarese - Presidente Club di Prodotto
FOOD & WELLNESS

11.15

Ricette della salute
Davide Brovelli
Chef Ristorante "Il Sole di Ranco" Ranco (VA)

12.00

I relatori rispondono alle domande del pubblico

Conclusioni

PERCORSI PER IL PUBBLICO

ESAME PROFILO LIPIDICO GLUCIDICO

Ore 8.20 - 9.30

In tale orario, sarà possibile effettuare, solo su prenotazione e per un numero limitato di persone, la valutazione del profilo lipidico glucidico (colesterolo, trigliceridi, HDL, LDL e glicemia). Per effettuare l'esame basterà una goccia di sangue e presentarsi a digiuno. **La prenotazione potrà essere effettuata unicamente scrivendo all'indirizzo mail:**

diprevenzione@asl.varese.it a partire da giovedì 12 marzo e fino alle ore 11.00 del 13 marzo 2015.

La mail dovrà contenere i dati anagrafici ed un recapito telefonico di chi dovrà essere sottoposto agli esami.

"A TAVOLA CON EXPO"

Ore 9.30 - 13.00

Nella prima fase, gestita da personale del Comune di Varese, il partecipante comporrà un menù virtuale scegliendo tra i prodotti tipici del territorio o i piatti tradizionali e gli verrà consegnata una carta d'identità del consumatore con indicati gli apporti nutrizionali e le calorie del pasto scelto.

Nella seconda fase, personale ASL provvederà alla pesatura - a piedi nudi - e alla valutazione globale dei dati emersi, formulando i consigli nutrizionali più adatti al singolo.