

IL TIRRENO

€ 1,00 - anno 132 - n. 10

Venerdì 11 Gennaio 2008

Partono i corsi organizzati da Toscana Oli alla tenuta S. Martino

LUCCA. Corsi di buona alimentazione per combattere obesità e tumori. Sono organizzati infatti gratuitamente dalla Toscana Oli alla tenuta San Martino, sede del Museo della dieta mediterranea, a Castagnorie e si terranno l'ultima domenica di ogni mese a partire già da gennaio. A illustrare i vantaggi dell'educazione alimentare saranno nutrizionisti professionisti e laureati in scienze dell'alimentazione. I corsi sono aperti a tutti e verteranno sulla disamina degli alimenti base della dieta mediterranea: pasta, pomodoro, olio, frutta e verdura, e sul confronto con gli altri tipi di alimentazioni. Gli incontri, che si svolgeranno al mattino, possono sostenere fino a una cinquantina di persone, è quindi necessario prenotare. «L'obiettivo del corso - spiega Biagio Grassi, presidente della Toscana Oli - è far capire l'importanza della buona alimentazione. Ci rivolgiamo da un lato alle casalinghe e alle massaie che possono arricchire e migliorare la propria abilità in cucina e ovviamente ai giovani che sono ancora essere sensibilizzati verso l'educazione alimentare, visto che sono proprio loro le vittime oggi più a

rischio della cattiva alimentazione».

Grassi sottolinea l'incidenza della cattiva alimentazione sulla mortalità citando l'ex ministro Veronesi che dichiarava come vero rischio le cattive abitudini alimentari,

e non lo smog. Il Museo della dieta mediterranea è disponibile ad ospitare scolaresche per visite guidate. Info: 0583 471856-471870, fax 0583 494873; www.alimentidellamediterranea.it.

L.F.