

Notizia 'In Evidenza' del 20 marzo 2017

## Convegno del Lions Club “Cosenza Castello Svevo” su cibo e Dieta Mediterranea

Il Lions Club “Cosenza Castello Svevo” ha organizzato per **venerdì 24 marzo 2017**, alle **ore 16.30**, presso la sala convegni dell'**Hotel Europa di Rende (CS)**, un convegno sul tema “**Il cibo tra benessere, salute ed etica**”.

L'incontro sarà aperto dalla Presidente del Club Lions “Cosenza Castello Svevo”, **Tina Spizzirri Marzo**, che introdurrà l'interessante focus su “**Il cibo come strumento di qualità della vita, benessere e salute**”, in cui sono previsti gli interventi di: **Achiropita Curti**, geriatra, internista e nutrizionista dell'Azienda Ospedaliera di Cosenza; **Saverio Daniele**, allergologo; **Fabrizio Spataro**, biologo nutrizionista ed esperto di nutrizione sportiva; **Giancarlo Statti**, docente di Biologia Farmaceutica dell'Università della Calabria.

Seguirà una proiezione di un breve filmato originale dell'**Università del Minnesota**, “**Italy and Crete Pilot Survey 1957**”, che richiama gli studi svolti a **Nicotera (VV)** dal famoso scienziato, a seguito del quale il mondo accademico scientifico mondiale scoprirà la cosiddetta **Dieta Mediterranea**, che nel **novembre 2010** è stata riconosciuta dall'**UNESCO** come **Patrimonio Culturale Immateriale dell'Umanità**.

I lavori, moderati dal giornalista Valerio Caparelli, proseguiranno con una tavola rotonda su “**Il cibo come elemento di tradizione, identità ed etica**”. Il dibattito sarà tenuto con la partecipazione di tre esperti: **Laura Di Renzo**, professore di Nutrizione Clinica e Nutrigenomica dell'Università di Tor Vergata e presidente dell'Associazione DAFNE - Defence of Agriculture Food Nutrition and Environment; **Giovanni Soda**, di Slow Food Cosenza e Sila; **Paola Granata**, imprenditrice agricola.

Le conclusioni del convegno sono state assegnate alla Presidente della VII Circostrizione Lions, **Angela Piattelli**.

A seguire è stata organizzata una cena a tema con pregiati prodotti del territorio che si richiamano alla Dieta Mediterranea secondo le ricette di “**The Nicotera Diet**” di **Pasquale Barbalace**.

Questa giornata di riflessione dedicata al cibo è nata a seguito dell'esperienza del Service Lions in occasione di **Expo 2015** e alla volontà di riaffermare le radici della nostra civiltà, cultura e identità che trovano fondamento nella Dieta Mediterranea.

La Dieta Mediterranea rappresenta l'espressione di un modo di vivere millenario che ad oggi caratterizza i popoli del bacino del Mediterraneo. In essa e nel cibo, suo primario componente, si trovano racchiusi tutti i principi della tradizione, dell'identità e dell'etica della nostra civiltà.

L'**alimentazione** rappresenta la chiave del **benessere fisico e psicologico** e per questo è necessario avere una chiara visione dal punto di vista qualitativo e quantitativo del cibo, anche in funzione del proprio stile di vita.

Il cibo deve rappresentare il frutto migliore della terra e rispecchiare i concetti di **sostenibilità, giustizia sociale e riconoscibilità nei processi di produzione e distribuzione**, deve essere prodotto tenendo conto delle radici culturali, antropologiche ed etiche e consumato per trarne il meglio dagli alimenti.

La **sicurezza** e la **qualità alimentare** concorrono alla costituzione del concetto generale di benessere, che agendo sullo stato emotivo, fisico, mentale e sociale consente alle persone di raggiungere e mantenere il potenziale personale nella società.

Il cibo non deve rappresentare un pericolo per la salute. Questo implica la necessità di una conoscenza per una consapevole, ragionata e prudente selezione degli alimenti più consoni per il proprio benessere fisico e psicologico.

Calabria Economia  
Quotidiano economico online  
[www.calabrieconomia.it](http://www.calabrieconomia.it)

20 marzo 2017

<http://www.calabrieconomia.it/notizia/55422/>