



LA SIPNEI EMILIA ROMAGNA

ORGANIZZA

UNA SERATA DEDICATA ALL'ALIMENTAZIONE

A CENA CON IL DOTTORE:
LA PSICONEUROENDOCRINOIMMUNOLOGIA
INCONTRA
UN APPROCCIO ALIMENTARE DETTO
"DI SEGNALE"
LA GIFT
(gradualità' individualità flessibilità tono)

VENERDI' 29 NOVEMBRE 2013

A RAVENNA ORE 20,30

Presso: Grand Hotel Mattei
in Via Enrico Mattei, 25 .

...Dagli studi sull'alimentazione sta venendo un forte contributo a una migliore comprensione della salute e della malattia ... il cibo è l'ambiente che, almeno tre volte al giorno, mettiamo dentro di noi, a contatto con le cellule e quindi con i nostri geni... (F. Bottaccioli).

PROGRAMMA DELLA SERATA



Il Dott. Luca Speciani illustrerà il grande valore del il cibo come potente fattore di salute, basato sui segnali ipotalamici di ingrassamento e dimagrimento. Concetto da cui nel tempo si è sviluppato un approccio terapeutico originale (detto "medicina di segnale") che unisce movimento fisico, alimentazione, integrazione mente-corpo e minor uso possibile di farmaci. Tale approccio è in sintonia con il paradigma Pnei.

La serata avrà inizio con la conferenza in abbinamento alla cena per gustare un Menù Gift:

- Pinzimonio
- Pasta integrale al sugo di verdure
- Tagliata di pollo con contorno di verdure
- Macedonia di frutta fresca di stagione con yogurt naturale e miele
- Acqua
- Un calice di vino
- Caffè



RELATORE: Luca Speciani, Medico e Alimentarista, responsabile medico nutrizionale della Nazionale Italiana di Ultramaratona, coautore di Dieta Gift insieme al Dott. Attilio Speciani, presidente dell'AMPAS, associazione medici per un'alimentazione di segnale, responsabile nazionale della rete dei professionisti GIFT italiani . È tecnico della FIDAL (federazione di atletica leggera), e della FITRI (Federazione Italiana Triathlon), istruttore di Nordic Walking, Socio SIPNEI.

Coordinamento Scientifico e Organizzativo: Barbara Balzi, Anna Maria Bellagamba, Raffaella Cardone, Paola Fava, Franco Gaddoni, Monica Mambelli, Daniele Righini.

Segreteria: per Prenotazione e Informazioni telefonare a:

Mattina: M. Mambelli, 338 7062892,

Pomeriggio: R. Cardone, 0544 -502581, B. Balzi, 348 5184312-

Orario serale fino ore 21: A.M. Bellagamba, 335 7110590,
D. Righini, 320 1920222

L'iscrizione alla Conferenza-Cena entro il 25 novembre 2013

Costo a persona € 25,00 per i Soci Sipnei

Costo a persona € 28,00 per i non Soci Sipnei

Modalità di pagamento

Il versamento a :SIPNEI Intesa San Paolo Ag 16 viale Parioli 16/E - Roma

IBAN: IT 90 B 03069 05077 100000000203 Specificando causale:

EVENTO 2013 SIPNEI E. ROMAGNA e invio modulo via fax **Fax 06-**

62207154 o mail segreteria.sipnei@gmail.com per fatturazione da

scaricare dal sito www.sipneiemiliaromagna.it