

“La Settimana del Dietista” nasce per promuovere la professione del Dietista a livello nazionale, attraverso un’intera settimana di eventi ed attività volti alla diffusione di una cultura di una corretta alimentazione e, più in generale, alla promozione della salute in tutti gli ambiti dove i Dietisti possono fornire il proprio contributo competente ed evoluto alla tutela della salute nutrizionale della popolazione.

Siamo anche quello che beviamo



Socio proponente:
Tania Baroni

**Poliambulatorio
Medico e
Fisioterapico
“Crema In Salute”
Crema - CR**

**17 e 18 ottobre
2015**

Il progetto nasce con l’obiettivo di **rendere consapevoli le persone sul ruolo dell’idratazione nelle varie fasi della vita e di far conoscere le bevande di uso comune**, in modo semplice, esperienziale, didattico ed interattivo.

Insieme impareremo a leggere l’etichetta dell’acqua (assaggeremo 20 tipologie di acqua!), dei succhi di frutta (e se fosse meglio farli in casa?). Sarà possibile inoltre approfondire le proprie conoscenze su tè, tisane e infusi, caffè, vino e latte attraverso stand espositivi dedicati. Infine, sapete quanto zucchero si può bere? Attraverso un gioco lo scopriremo!

Il progetto è caratterizzato dalla presenza di una sezione espositiva che prevede diversi poster: “La Piramide dell’idratazione”; “Perché è importante l’acqua?”; “I rischi della disidratazione”; “L’acqua negli alimenti”.

Saranno presenti una dermatologa, che parlerà dell’importanza dell’idratazione per la pelle, e di due fisioterapisti che tratteranno la ritenzione idrica.

