

## Alimentazione e salute

# Comunicato stampa

## Salute e malattia come fonte di conoscenza

### *Esperienze e proposte per cura e prevenzione*

#### Corso teorico e pratico

#### Zelata di Bereguardo (Pv)

#### 14 – 16 ottobre 2016

*Dal 14 al 16 ottobre 2016 a Bereguardo (Pavia), l'azienda agricola Cascine Orsine di Giulia Maria Crespi e Aldo Paravicini, che da quarant'anni pratica con successo il metodo biodinamico per le proprie coltivazioni, ospita il tradizionale corso teorico e pratico su alimentazione e salute destinato alle famiglie, agli insegnanti, ai medici, a chi si occupa di mense scolastiche e ospedaliere. Partecipano come docenti importanti medici, terapeuti e bravissimi cuochi. Il corso è organizzato dall'Associazione biodinamica e dagli Amici delle Cascine Orsine in collaborazione e con il contributo di EcorNaturaSi spa, del gruppo OTB e delle associazioni AIPMA, SIMA e ARESMA.*

I dati del registro italiano sullo stato della salute di noi italiani danno un quadro preoccupante. Secondo l'Associazione Medici per l'Ambiente la nostra salute può essere salvaguardata da medici e da ospedali solo per il 10%. Il resto lo dobbiamo fare noi, con le nostre scelte sul piano alimentare, sociale e di relazione. Studi e ricerche universalmente evidenziano che la salute di noi umani - adulti e bambini - e degli animali dipende da un ambiente sano, da una sana alimentazione, da uno stile di vita che tenga sotto controllo i tanti fattori causa di stress. Ma quale è la qualità del nostro ambiente? Che cosa dobbiamo sapere. Si parla di cibo. Ma quale cibo scegliere. Perché nella valutazione di un alimento si parla di principi attivi, ma anche di forze formatrici e vitali quali fattori qualitativi? Le giornate di incontro alla Zelata aiuteranno a trovare risposte a tutte queste domande.

**I conferenzieri:** **Giulia Maria Crespi**, ambientalista, profonda conoscitrice dell'agricoltura biodinamica; **Erik Baars**, cattedra di Anthroposophic Healthcare presso l'università di Scienze Applicate di Leiden e ricercatore presso il Louis Bolck Institute di Driebergen (NL); condirettore scientifico della European Scientific Cooperative on Anthroposophic Medicinal Products (ESCOMP), autore di numerose pubblicazioni nel 2012 ha vinto l'"Excellence in Integrative Medicine Research Award"; **Stefano Benedettelli**, docente di agraria all'università degli studi di Firenze, promotore della ricerca condotta con l'ospedale di Careggi, dipartimento di cardiologia, sulla qualità dei grani antichi e i suoi effetti sulla salute; **Lucietta Betti**, da anni promotrice di un'importante ricerca sulla qualità e vitalità degli alimenti presso il dipartimento di scienze agrarie all'università di Bologna con lavori pubblicati da importanti riviste scientifiche internazionali; **Sergio Maria Francardo**, medico antroposofo esperto di scienza dell'alimentazione, con rapporti con istituzioni della Comunità Europea sui problemi della malnutrizione, dell'obesità e delle malattie degenerative anche dei bambini; **Giuliana Gargano**, biologa e specialista in Scienza dell'Alimentazione è ricercatrice al Dipartimento di Medicina

Predittiva e per la Prevenzione della Fondazione IRCCS-Istituto Nazionale dei Tumori; **Carlo M. Modonesi**, professore di “Ecologia Umana” all’università di Parma e coordinatore del Gruppo Pesticidi di ISDE (Medici per l’ambiente); **Aldo Paravicini**, imprenditore, responsabile dell’azienda agricola biodinamica a marchio demeter Cascine Orsine.

**Per l’attività pratica intervengono: Raffaella Cattaneo**, cuoca, che insegnerà come eseguire tagli “energetici” degli alimenti per salvaguardarne le loro proprietà e metodi di cottura che prevedono anche una cucina senza l’uso di sale e di zucchero mantenendo alto il gusto dell’alimento; **Carla Menato**, infermiera di formazione antroposofica della Casa di Salute Raphael di Roncegno (Tn) dimostrerà come eseguire quelle efficaci e salutari terapie della medicina familiare.

**Attività artistica:** le giornate del corso si apriranno con esercizi del corpo guidati dalla bravissima euritmista terapeuta **Christiane Mochner**.

**La cucina:** la qualità del cibo della Zelata è nota e apprezzata e sarà curata da **Domenico Napoleone**, cuoco che da anni segue i dettami di un’alimentazione che vede il cereale come alimento primario.

**Serata conviviale:** per tradizione il sabato sera viene offerta ai partecipanti una serata di poesia e musica. Interverranno i concertisti **Elena Spotti** con la sua arpa e **Fabio Rinaudo** con la sua cornamusa irlandese. Le poesie sono proposte da **Giulia Maria Crespi**

#### **Informazioni e iscrizioni:**

Associazione per l’Agricoltura biodinamica in Italia, via p.ta Vasto 4, 20121 Milano – tel. 02 29002544 fax 02 29000692 [info@biodinamica.org](mailto:info@biodinamica.org) - [www.biodinamica.org](http://www.biodinamica.org)

#### **Ufficio stampa**

Kitti Bolognesi

Tel. 02 6572580 cell. 349 5906544