



I V E D I Z I O N E

# Dieta Mediterranea

## Aiello Calabro Festival



Salute, Scienza, Cultura,  
Gastronomia, Spettacolo



14 / 15 SETTEMBRE  
d u e m i l a d i c i o t t o



## ORGANIZZATORI



## RESPONSABILE SCIENTIFICO

**Dott. Saverio Bruni**

## COMITATO SCIENTIFICO

**ABNC**

## Responsabile Amministrativo

**Luca Lepore**

## Coordinatore Generale

**Dott.ssa Daniela Maione**

## PATROCINI



## INTRODUZIONE

*Il Festival della dieta Mediterranea rappresenta un evento ad ampio target, che partendo dalla riscoperta dei sapori locali, si amplia alle tradizioni artistiche, storiche e architettoniche dei luoghi.*

*Il festival mira, infatti, alla riscoperta dei borghi e alla rivalorizzazione dell'identità del territorio calabrese così da stimolare la territorialità e il senso di appartenenza ad un luogo.*

*Il festival a cura dell'Associazione Biologi Nutrizionisti Calabresi e del Comune di Aiello Calabro sarà articolato in momenti culturali ricchi di vari interventi, a cura di medici, biologi, psicologi, professori universitari e ricercatori, che si confronteranno su temi riguardanti la buona alimentazione, la prevenzione della malattie e la sostenibilità ambientale della dieta mediterranea, con lo scopo di promuovere e valorizzare i corretti stili di vita focalizzandosi sull'importanza della sana alimentazione e sul valore nutrizionale di numerosi prodotti tipici della Calabria.*

*Questi ultimi saranno valorizzati e promossi, non solo mediante azioni di informazione scientifica, ma anche mediante eventi espositivi che avvicineranno in modo diretto tutti i partecipanti alla conoscenza dei sapori e dei benefici degli stessi*

## RELATORI E MODERATORI

**Prof. LUIGI MORRONE**

Professore Associato - Coordinatore del Consiglio di Corso di Laurea  
Magistrale in Scienze della Nutrizione Unical

**Prof. CARLO LA VECCHIA**

Professor Ordinario di Epidemiologia, Dipartimento Scienze Cliniche e di  
Comunità, Università di Milano / Adjunct Professor of Medicine, School of,  
Medicine, Vanderbilt University, Nashville, TN

**Prof. LUDOVICO ABENAVOLI**

Professore Associato in Gastroenterologia del Dipartimento di Scienze della  
Salute dell'Università "Magna Grecia" di Catanzaro

**Dott. GIANFRANCO FILIPPELLI**

Direttore dell'Unità Operativa Complessa di Oncologia Medica del P.O. di  
Paola (CS) - ASP di Cosenza/ Presidente della sezione provinciale di Cs  
per la lotta contro i Tumori - LILT

**Dott.ssa DANIELA MAIONE**

Biologa Igiene, Sicurezza e Qualità

**Dott. DANIELE BASTA**

Biologo nutrizionista

**Dr. MAURIZIO SALAMONE**

Responsabile Scientifico Metagenics Italia

## VENERDÌ 14 SETTEMBRE

H 15:30/  
REGISTRAZIONE PARTECIPANTI

H 16.00/ INTRODUCERE

**Dott. SAVERIO BRUNI**  
Biologo Nutrizionista /Vicepresidente ABNC

**SALUTI ISTITUZIONALI**

**Dott. FRANCO IACUCCI**  
Sindaco Aiello Calabro/  
Presidente Provincia di COSENZA

**LUCA LEPORE**  
Consigliere Comunale di Aiello Calabro

**Dott. ALESSIO GRAVINA/PASQUALE SERVILLO**  
Presidente/Segretario ABNC

**Dott.ssa ORNELLA MUTO**  
VicePresidente Associazione Italiana Biologi

**SANTINO ALTIMARI**  
Presidente Commissione Nutrizione ENPAB

**Dott.ssa ANNA MARIA RENDE**  
Presidente Associazione Lotta  
contro i tumori Cosenza

**GIULIA FRESCA**  
Giornalista

/MODERATORE

**Dott. Gianfranco Filippelli**  
Direttore dell'Unità Operativa Complessa  
di Oncologia Medica del P.O. di Paola (CS) -  
ASP di Cosenza/ Presidente della sezione  
provinciale di Cs per la lotta contro i Tumori - LILT

H 17:00/ APERTURA LAVORI

**Prof. Luigi Morrone**  
Professore Associato - Coordinatore del Consiglio  
di Corso di Laurea Magistrale in  
Scienze della Nutrizione Unical

H 17:30/ ALIMENTAZIONE,  
DIETA MEDITERRANEA E TUMORI

**Prof. Carlo La Vecchia**  
Professor Ordinario di Epidemiologia,  
Dipartimento Scienze Cliniche e di  
Comunità, Università di Milano /  
Adjunct Professor of Medicine, School of  
Medicine, Vanderbilt University, Nashville, TN

H 18:00/ RAPPORTO DEI CIBI  
DELLA DIETA MEDITERRANEA  
E LE MALATTIE CARDIOVASCOLARI

**Dott. Italo Richichi**  
Cardiologo - Presidente dell'Associazione  
Scientifico-Culturale SidMe  
(Scuola italiana della dieta mediterranea)

H 18:30/ MICRONUTRIZIONE AD ALTO IMPATTO:  
BIODISPONIBILITÀ DEI NUTRIENTI

**Dr. Maurizio Salamone**  
Responsabile Scientifico Metagenics Italia

H 19:00/ LA NUTRACEUTICA DEL TERZO MILLENNIO

**Prof. Ludovico Abenavoli**  
Professore Associato in Gastroenterologia  
del Dipartimento di Scienze della  
Salute dell'Università "Magna Grecia"  
di Catanzaro

H 19:30/ CONCLUSIONI E TAVOLA ROTONDA

**Dott.ssa Daniela Maione**  
Biologa Igiene, Sicurezza e Qualità  
Dott. Daniele Basta, nutrizionista ABNC

**PERCORSO ENOGASTRONOMICO  
ED ARTISTICO**

DALLE H 19:00/ CENTRO STORICO

/STAND DEI PRODUTTORI  
AGROALIMENTARI

**DEL TERRITORIO CALABRESE**  
(bergamotto, cipolla IGP di tropea,  
olio extravergine d'oliva calabrese ecc)

/MOSTRE FOTOGRAFICHE,  
LAVORI DI ARTIGIANI, PITTORI

DALLE H 19:30/ PIAZZA DEL PLEBISCITO

**PRESENTAZIONE LIBRO  
"A tavola è già Tardi"**

"A tavola è già tardi" è un prontuario della buona alimentazione che insegna come fare la spesa (scegliere i prodotti, leggere l'etichetta, organizzare il frigorifero...) e come cucinare i cibi acquistati (metodi di cottura, materiali da preferire o evitare, accorgimenti importanti...), seguito da una corposa appendice di ricette con un occhio alla linea e l'altro al gusto. L'autore, Dott. Antonio Galatà, nutrizionista-biologo, sostiene che la dieta non si fa a tavola, perché in sala da pranzo è già troppo tardi; ma al supermercato e in cucina: imparare ad acquistare e cucinare cibi gustosi e nutrienti ma che non facciano ingrassare, per non doversi preoccupare quando è il momento di mangiare.

H 20:00/ PIAZZA DEL PLEBISCITO

**SHOW COOKING  
"Sottovuoto è meglio"**

Show Cooking a cura dello Chef Massimo Salvadei e  
del Dr. Antonio Galatà /Nutrizionista e Presidente  
dell'Associazione Italiana Nutrizionisti in Cucina.

DALLE H 20:30/ PIAZZA PLEBISCITO

**AREA FOOD  
Cucina Mediterranea Sana e Gustosa**

AREA FOOD A CURA DELL'ASSOCIAZIONE ITALIANA  
NUTRIZIONISTI IN CUCINA E DELLO CHEF MASSIMO SALVADEI.

**MENU TO EURO**

**TROFEE DEL MEDITERRANEO**  
La pasta arricchisce la dieta Mediterranea con i suoi nutrienti, carboidrati complessi abbinati alle vitamine delle verdure alla base dell'alimentazione dei nostri avi.

**SUA MAESTÀ LA PARMIGIANA**  
Un piatto eccellente della tradizione, povero ma che può, se cotto adeguatamente, regalare gustosissime emozioni e non solo. In questa ricetta un ridotto contenuto di grassi grazie alle moderne tecniche di cottura

**FRITTURA DI ALICI DORATE**  
La frittura è il metodo di cottura più antico al mondo. Secondo alcune ricerche scientifiche anche tra i più salutari. Ricche di grassi buoni le alici si adattano perfettamente alla frittura che ne conserverà inalterati i valori nutrizionali aggiungendo gusto e croccantezza

**FICO TRADIZIONALE CALABRESE**  
Offerti dall'azienda FIRO FICHI  
**VINO/ACQUA**

DALLE H 22:00/ PIAZZA DEL PLEBISCITO

**LABORATORIO SENSORIALE  
"Spezie per la Salute del cervello"**

Laboratorio sensoriale guida in un percorso olfattivo e tattile alla scoperta delle spezie e delle loro proprietà a cura delle Dott.sse Barbara Ciccarelli, Debora Fuoriviva, Pamela De Luca

DALLE H 22:00/ PIAZZA DEL PLEBISCITO

**SPETTACOLO TEATRALE  
"MasterFESS. Cuochi Esperti!"**

Sketch ironici a cura della compagnia teatrale aiellese.

DALLE H 19:30/ CENTRO STORICO

**DEGUSTAZIONE  
VINI ED OLI CALABRESI**

**5,00€**

DALLE H 22:30/ PIAZZA PLEBISCITO

**GRUPPO FOLK  
GLI AMICI DELLA  
TARANTA**

**SABATO 15 SETTEMBRE**

 **Giornata della Salute  
e della Prevenzione**

**SCREENING DIABETE**

A cura di Associazione Medici Diabetologi Italiani

**SCREENING CANCRO AL SENO  
E MELANOMA**

A cura di LILT sezione Prov. di Cosenza

**SCREENING Uditivo**

A cura di AMPLIFON

**PREVENZIONE OBESITÀ/SOVRAPPESO**

A cura di Associazione Biologi Nutrizionisti Calabresi

**PREVENZIONE/INFORMAZIONE  
MALATTIE ONCOLOGICHE**

A cura di ALT (Associazione Lotta Contro i Tumori)

# INFORMAZIONI GENERALI

## **SEDE DELL'EVENTO/**

**Comune di Aiello Calabro**

## **COME RAGGIUNGERE LA SEDE IN MACCHINA/**

A3 uscita per Falerna, SS 18 in direzione nord per 9 Km fino al fiume Oliva (dopo Campora San Giovanni), percorrere strada per Aiello Calabro (svincolo sulla destra bivio Hotel "Comfortable") - A3 uscita Rogliano/Grimaldi-SS 108 in direzione Grimaldi fino ad Aiello Calabro (30 km circa).

## **Percorsi alternativi/**

SS 18-SS 278 attraversando Terrati (19 km)  
o Serra Aiello (17 km);

## **Oppure**

Valico di Potame-SS 278 attraversando Lago e Terrati (19,4 km).

## **IN TRENO/**

Fermata utile Paola o Amantea. Percorrere in auto, taxi, autonoleggio o autobus la SS 18 fino al fiume Oliva e percorrere strada per Aiello Calabro (svincolo sulla sinistra bivio Hotel "Comfortable")

## **IN AEREO/**

Lamezia Terme, Sant'Eufemia (collegato con treni, autobus, taxi e autonoleggio)

## **SEDE DEL CONVEGNO/**

Teatro Comunale di Aiello Calabro

**Indirizzo/** Corso Luigi de Seta, 7, 87031 Aiello Calabro CS

POSTI LIMITATI. CONTATTARE LA SEGRETERIA ORGANIZZATIVA PER LA DISPONIBILITA'

[www.festivaldietamediterranea.it](http://www.festivaldietamediterranea.it)  
[biologinutrizionisticalabresi@gmail.com](mailto:biologinutrizionisticalabresi@gmail.com)

## PARTNERS

**amplifon**



ASSOCIAZIONE ITALIANA  
NUTRIZIONISTI IN CUCINA





*Dieta Mediterranea*  
Aiello Calabro Festival