

MENU ▾ BRIANZA ▾ SERVIZI ▾ CERCA 🔍

ACCEDI



MBNews
Giornale online della Provincia di Monza e Brianza

TEMI DEL GIORNO:

16 MAGGIO

Invecchiamento attivo e cucina salutare: a Vimercate un incontro pubblico

Una conferenza pubblica sull'invecchiamento attivo e la cucina salutare: ASST Brianza e Cooperativa Sociale Aeris insieme per promuovere la salute.



- Foto d'Archivio



MBNews
QUOTIDIANO ON LINE
DI MONZA E BRIANZA

di Redazione

10 Maggio 2023

13:13

COMMENTA



🕒 1 min

La [Cooperativa Sociale Aeris](#) ha messo in cantiere il progetto "invecchiamento attivo" e ha scelto [ASST Brianza](#) come partner scientifico insieme ad altri soggetti. Tra le varie iniziative previste, si annuncia un **corso di cucina salutare**, di cui se ne parlerà durante un evento pubblico, intitolato "Un medico in cucina", il prossimo **16 maggio** alle ore 17:00 presso la Casa di Comunità di Vimercate, situata in via Giuditta Brambilla 11, di fronte all'Ospedale.

Questo evento, aperto a tutti i cittadini, **avrà un occhio****DALLA STESSA CITTÀ**

STAMPA



particolare rivolto agli over 60 e vedrà la partecipazione di **Biagio Tinghino**, direttore del Distretto di Vimercate ed esperto di nutrizione, e **Stefano Badalati**, cuoco e istruttore di cucina.





Biagio Tinghino, direttore del Distretto di Vimercate ed esperto di nutrizione

“Mangiare sano è sicuramente un presupposto importante per conservare e promuovere la salute, anche nella terza età”, spiega Tinghino.

Il direttore del Distretto di Vimercate è stato molto chiaro sull'importanza di una corretta alimentazione: “Sovrappeso, dislipidemie, ipertensione e diabete – aggiunge lo specialista – sono solo alcune delle conseguenze che possono essere correlate ad una alimentazione sbagliata. Ma, al di là delle chiare prescrizioni sanitarie, tutto questo deve essere poi messo in pratica e nel fare ciò serve conoscere come cucinare, preparare i cibi in modo che una alimentazione salutare sia anche piacevole, facile da mantenere e da praticare”.



Più informazioni

 [ASST Brianza](#)  [cucina salutare](#)  [Biagio Tinghino](#)

 [Stefano Badalati](#)  [Vimercate](#)

 COMMENTA

SOSTEGNO

Nuovo sistema anti-alopecia donato alla Struttura di Oncologia di Vimercate

mangiare sano

16 MAGGIO

Invecchiamento attivo e cucina salutare: a Vimercate un incontro pubblico

AVPS4-NUE112

SOCIALE

L'AVPS Vimercate festeggia 50 anni con spettacoli e mostra fotografica

