



GERONA 2005

*Associazione Etica di Prevenzione,
Terapia Nutrizionale e Benessere.*

Salsomaggiore Terme

6 Maggio 2018

Centro termale "Il Baistrocchi"
Viale G. Matteotti, n. 31
Salsomaggiore Terme (PR)
Tel. 0524 574411 - 0524 574422

CONVEGNO

"Zona e PaleoZona: Nutrizione antinfiammatoria per salute e performance ottimali"

Programma: Domenica 6 Maggio 2018

- 08.30 - 09.00 **Registrazione partecipanti.**
- 09.00 - 09.15 **Introduzione e presentazione Associazione Gerona 2005.**
- 09.15 - 10.15 **La Zona: Le basi scientifiche di una corretta alimentazione.**
Giovanni Parisi, Medico, Specialista in Medicina dello Sport, Verona;
- 10.15 - 11.00 **Infiammazione cellulare ed Omega 3.**
Andrea Baroncini, Medico Nutrizionista, Firenze;
- 11.00 - 11.20 **Diete alla moda.**
Aronne Romano, Medico Nutrizionista, Rezzato (Brescia);
- 11.20 - 11.40 **SPUNTINO IN ZONA.**
- 11.40 - 12.20 **Microbioma: Un mondo dentro di noi.**
Pierluigi Nicoletti, Medico Allergologo e Immunologo, Firenze;
- 12.20 - 12.40 **Gli aspetti metabolici dello stress.**
Diego Fortuna, Biologo Nutrizionista, Vicenza;
- 12.40 - 13.20 **Casi clinici di terapia nutrizionale.**
Aronne Romano, Medico Nutrizionista, Rezzato (Brescia);
- 13.20 - 15.00 **PRANZO LIBERO.**
- 15.00 - 15.40 **Allergie e intolleranze alimentari.**
Camilla Di Paolo, Medico Allergologo, Brescia;
- 15.40 - 16.30 **Zona, attività fisica e sportiva.**
Diego Fortuna, Biologo Nutrizionista, Vicenza;
- 16.30 - 17.30 **La PaleoZona.**
Aronne Romano, Medico Nutrizionista, Rezzato (Brescia);
- 17.30 - 18.00 **Preparazione dei cibi e organizzazione della giornata.**
Stefano Carnevali, Biologo Nutrizionista, Livorno;
- 18.00 - 19.00 **TAVOLA ROTONDA con tutti i relatori.**

Per info www.gerona2005.org
contattare Dr. Masci al 349-8606050 - simoraff@tiscali.it