

Convegno 8 febbraio 2013

BEST WESTERN Hotel Milton Milano - Via E. A. Butti 9, Milano



BEST WESTERN Hotel Milton Milano

## La Cucina e i Segreti di un'Alimentazione Sana

Ideato da Rossella de Focatiis e realizzato da Erredieffe

### PROGRAMMA MATTINA

Ore 10.15: **Registrazione**

Ore 10.45: **Inizio lavori: presentazione di Rossella de Focatiis**, owner Erredieffe, Presidente Sapere Academy - Associazione Culturale e ideatrice della Manifestazione Sapere. Il Sapore del Sapere

Ore 10.50: **Saluto: Beatrice Iulini per Sapere Academy** – Esperta di tecniche yoga, life coaching e sviluppo personale, è ideatrice con Rossella de Focatiis di Med&Food. Formatasi presso il Centro Internazionale The Art of Living in India (Bangalore) e in Europa (Foresta Nera), è insegnante di meditazione Sahaj Samadhi, di Sudarshan Kriya® e di Sri Sri Yoga presso la Fondazione ART OF LIVING. Pratica da oltre 20 anni queste antiche discipline insieme all'alimentazione energetica consapevole. E' terapeuta riconosciuta per le applicazioni terapeutiche della metodica SKY® nella gestione della depressione, ansia e attacchi di panico

Ore 11.05: **Saluto: Elena Alquati per Sapere Academy** - Presidente dell'Associazione Macrobiotica Italiana "L'Ordine dell' Universo" e consulente alimentare di Milano Ristorazione. Operatore di Medicina Tradizionale Cinese, dietetica e dietoterapia cinese. Collabora con il prof. Franco Berrino

Ore 11.20: **Il colore e i suoi effetti psicosomatici**

**Gianni Camattari** - Direttore del Centro Psicologia Integrata di Milano Psicologo, psicoterapeuta, sessuologo, esperto nella psicologia del colore e nelle sue applicazioni pratiche

Ore 11.45: **Consigli nutrizionali per vivere sani**

**Daniela Malagò** – Laureata in Medicina e Chirurgia, specializzata in Ematologia. Esperta in Omeopatia, Omotossicologia e Medicina Funzionale. Ha prestato servizio in prestigiosi ospedali quali l'Ospedale Maggiore Policlinico di Milano e Ospedale Fatebenefratelli e Oftalmico di Milano

Ore 12.10: **Dibattito**

Ore 12.30: **Pausa Pranzo**

CON IL CONTRIBUTO



## La Cucina e i Segreti di un'Alimentazione Sana

Ideato da Rossella de Focatiis e realizzato da Erredieffe

### PROGRAMMA POMERIGGIO

- Ore 14.10: Inizio lavori: presentazione di Rossella de Focatiis**, owner Erredieffe, Presidente Sapere Academy - Associazione Culturale e ideatrice della Manifestazione Sapere. Il Sapore del Sapere
- Ore 14.15: Saluto: Camilla Occhionorelli Pinna** – Vicepresidente Nazionale Movimento Italiano Casalinghe
- Ore 14.20: I cibi fondamentali dell'alimentazione vegetariana**  
*Luciana Baroni* – Dirigente medico, specialista in Neurologia, Geriatria e Gerontologia, Master internazionale in Nutrizione e Dietetica, Presidente di Società Scientifica di Nutrizione Vegetariana
- Ore 14.45: Prevenzione delle malattie croniche in cucina**  
*Franco Berrino* - Ex Direttore del Dipartimento di Medicina Preventiva e Predittiva dell'Istituto Nazionale dei Tumori di Milano
- Ore 15.10: Cibo Biologico e Cibo Psicologico. Impariamo a nutrirci di salute**  
*Lorena Di Modugno per Sapere Academy* - Psicologa, Psicoterapeuta Transpersonale ad orientamento vedico, Ipnositerapeuta, Pianista Musicoterapeuta e Scrittrice. Esperta in Terapie Ortomolecolari
- Ore 15.35: Dibattito**
- Ore 16.10: Intervallo**
- Ore 16.40: Saluto: Paola Maugeri** - Giornalista e conduttrice televisiva
- Ore 17.05: L'energia del cibo al servizio della salute**  
*Milena Simeoni* - Naturopata, Direttrice didattica LUMEN - Istituto di Medicina Naturale
- Ore 17.30: Macrobiotica: la via della salute e della longevità**  
*Eddy G. Pellegrino per Sapere Academy* - Cuoco di cucina naturale e macrobiotica e consulente di alimentazione naturale. Ha frequentato il centro macrobiotico di Renè Levy "Cuisine et santé" a Saint Gaudens (Francia)
- Ore 17.55: Dibattito**
- Ore 18.30: Chiusura Lavori**

CON IL PATROCINIO



CON IL CONTRIBUTO



ERREDIEFFE - via Antonio Maffi, 13/A - 20162 Milano – Tel 02 66114397 - Fax 02 64749456

► [www.saporedelsapere.it](http://www.saporedelsapere.it); [www.erredieffe.com](http://www.erredieffe.com) ► e-mail: [info@saporedelsapere.it](mailto:info@saporedelsapere.it) ► [segreteria@saporedelsapere.it](mailto:segreteria@saporedelsapere.it)