

Risparmio energia di Safari
Fai clic per avviare il plugin Flash

NASCE COMPASSPAY.



SICILIA ITALIA ESTERI POLITICA SPORT SPETTACOLO CONTATTI PER LA PUBBLICITÀ METEO ANNUNCI

LA SICILIA.it

Martedì 24 Dicembre 2013

Risparmio energia di Safari
Fai clic per avviare il plugin Flash

NASCE COMPASSPAY.



Publicato: 24/12/2013

Like Tweet

"È Natale, buona salute a tutti!"

On line i consigli del ministero per rimanere in forma anche durante le festività

ROMA - È on line sul sito del ministero della Salute il vademecum "È Natale, buona salute per adulti e bambini" per rimanere in forma anche durante le festività di fine anno.

"La prevenzione - ricorda il ministro della Salute Beatrice Lorenzin, nell'introduzione - con propria famiglia, agli amici, deve essere una gioia per il cuore e per lo stomaco. E poi fare svelto di mezz'ora al giorno per evitare tanti problemi a cominciare da quelli cardiovascolari


"Mi piace cucinare e come celiaca - continua Lorenzin - uso pietanze senza glutine e bado ai condimenti, senza per questo rinunciare al sapore delle mille cose buone che ci offre la dieta mediterranea. Mangiare di tutto si può, basta evitare gli strappi e badando alla freschezza e alla qualità di ciò che fa felice il nostro palato".

Seguono i consigli della pubblicazione realizzata dalla Direzione generale della comunicazione e delle relazioni istituzionali del Ministero, in collaborazione col Dipartimento della sanità pubblica e dell'innovazione, della sanità pubblica veterinaria, della sicurezza alimentare e degli organi collegiali per la tutela della salute, la Direzione generale per l'igiene e la sicurezza degli alimenti e la nutrizione e la Direzione generale della sanità animale e dei farmaci veterinari.

I testi sono stati elaborati col contributo dello chef e presidente della Federazione Cuochi Lazio, Alessandro Circiello, da anni impegnato sul fronte della salute a tavola, senza rinunciare al gusto. Nella pubblicazione ci sono idee per i menu delle feste e soprattutto ricette, il tutto mirato anche a coinvolgere bambini e ragazzi nella preparazione dei pranzi e delle cene delle Feste. E giochi, filastrocche, foto, sono pensati per attirare i più giovani fin dal momento della spesa.

Risparmio energia di Safari
Fai clic per avviare il plugin Flash

Annunci PPN

 **Vuoi un iPhone a 17€?**
Agli utenti italiani uno sconto del 80% grazie a un trucco
megabargains24.com

 **Emergenza Filippine**
Un tifone ha distrutto l'infanzia di milioni di bambini
[Abbiamo bisogno di te](#)

 **Lancia Chic Time.**
Solo a Dicembre Lancia Ypsilon tua da 10.500€.
[Scopri di più!](#)



Domenico Sanfilippo editore spa - p. iva 00431560879