

## VareseNews

### I corretti stili alimentari spiegati agli studenti dello Stein

**Pubblicato:** Martedì 17 Febbraio 2015

Sabato 14 febbraio, il **Lions Clubs International** ha presentato agli studenti dell'**ISIS E. Stein di Gavirate** il Convegno dedicato al tema: “ **Educazione al Corretto Stile di Vita alimentare**”, per contribuire a promuovere uno dei principi fondanti dell'attività Lionistica: “Essere parte attiva del Benessere Civico, Culturale, Sociale, Morale della Comunità”.

Lo scopo principale del Convegno, al quale hanno partecipato oltre ad una folta rappresentanza di studenti dell'ISIS E. Stein, docenti, il Presidente del Lions Club Gavirate e tanti soci Lions, era quello di mettere in luce quanto la salute sia un aspetto fondamentale della qualità della vita, che rappresenta un bene essenziale per lo sviluppo sociale, economico e personale.

Le relatrici Lion **Dott.ssa Milena Colzani “Nutrizionista” e Dott.ssa Denise Amiens “ Psicologa/Psicoterapeuta”, dell'Ospedale di Saronno**, hanno curato nelle loro relazioni gli aspetti nutrizionali e comportamentali legati all'alimentazione, illustrando i benefici della dieta mediterranea e i danni per gli errati stili di vita, argomenti che hanno sottolineato, sono al centro della tematica di EXPO 2015, “Nutrire il Pianeta, Energia per la Vita”.

Lions Club International ha promosso in occasione del Convegno una collaborazione con le Istituzioni scolastiche, avviando attraverso un “Concorso di Idee” un programma di promozione della salute, un processo che metta in grado l'individuo di aumentare il controllo della propria salute e migliorarla.

La partecipazione al Concorso di Idee, grazie alla Fondazione Comunitaria del Varesotto Onlus, sarà premiata con un congruo contributo che verrà corrisposto all'Istituto ISIS E. Stein di Gavirate, per l'attività scolastica ed il sostegno agli studenti, e darà la possibilità, inoltre, allo stesso Istituto ISIS E. Stein, di partecipare ad EXPO 2015, avendo modo di esporre l'elaborato più valido ed efficace durante le due settimane programmate nei mesi di maggio e luglio, periodo in cui i LIONS del Distretto 108 Ib1 saranno presenti nello spazio a loro dedicato presso il padiglione di Cascina Triulza ad EXPO 2015.

Il concetto di Salute come è stato definito dall'Organizzazione Mondiale della Sanità nel 1948 non lascia alcun dubbio “La salute è uno Stato di Benessere Fisico, Mentale e Sociale e non Semplice Assenza di Malattia o Infermità”

Redazione VareseNews  
redazione@varesenews.it