

I corsi Tigros ricominciano dal cuore

Pubblicato: Venerdì 20 Ottobre 2017



Saranno la dottoressa **Maria Antonietta Bianchi**, medico specialista in scienza dell'alimentazione e responsabile qualità della nutrizione e stili alimentari di ATS Insubria, e la dottoressa **Valentina Romano**, dietista con specializzazione in nutrizione e alimentazione umana in ATS Insubria a dare il via al "nuovo corso" dei Corsi Tigros, lunedì 23 ottobre al Buongusto Tigros di Buguggiate.

Che vedrà protagonisti non solo gli chef – in questo caso il maestro di cucina **Damiano Simbula** del ristorante 2Lanterne di Induno Olona – ma anche dietologi e medici che si occupano di patologie dove la prevenzione, e una particolare cura dell'alimentazione, è importante.

Il primo dei 12 incontri previsti si intitola "**Nutriamo il cuore**" parte da un presupposto: che la dieta mediterranea, Patrimonio Immateriale dell'Umanità, è lo stile alimentare in grado di prevenire e curare le patologie del cuore, e scegliere di consumare gli alimenti giusti aiuta a far funzionare correttamente questo importante organo e tutto il sistema circolatorio ad esso collegato.

COME FARE PER ISCRIVERSI

L'iscrizione ad ogni singolo appuntamento, come già negli anni passati, è gratis, e richiede solo il possesso di Tigros Card (anch'essa gratuita): ci si può iscrivere online al sito www.tigros.it, oppure telefonicamente al numero verde 800 905033.

[CLICCA QUI PER ISCRIVERTI](#)

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it