



ROTARY CLUB di BASSANO DEL GRAPPA
2060° DISTRETTO ITALIA

Anno Rotariano 2014-2015 - 59° del Club



Presidente Alberto Calsamiglia

Bollettino n° 35 del 8 giugno 2015– Conviviale al Camin - "Alimentazione la vera medicina, super salute con gusto" Dr. Luca Manzardo Biologo Nutrizionista, e Dr. Davide Ippolito Biologo Nutrizionista.

Cronaca della serata

I dottori Ippolito e Manzardo, relatori di questa sera, sono Nutrizionisti che, partendo dalle loro conoscenze delle scienze biologiche, hanno creato uno stile alimentare innovativo che considera l'organismo umano nella sua affascinante complessità biologica.

Propongono un'alimentazione libera dai vecchi dogmi della dietologia in cui per dimagrire e stare in forma è necessario mangiare poco e muoversi molto: la nuova idea portata avanti dai dottori è di considerare l'effetto del cibo sugli ormoni. In particolare sull'importanza dell'insulina e sull'effetto del sale.

Paradossalmente si può mangiare molto usando tanto olio e dimagrire migliorando la salute. Anche se sembra impossibile, grazie allo studio della fisiologia e della biochimica, si possono comprendere le basi di tale approccio.

Il programma alimentare proposto dai dottori permette di dimagrire senza fame e di mantenere poi il peso perso mangiando a sazietà i comuni alimenti reperibili in qualsiasi supermercato, il tutto attraverso un'assistenza continua durante l'intero percorso.





ROTARY CLUB di BASSANO DEL GRAPPA
2060° DISTRETTO ITALIA

Anno Rotariano 2014-2015 - 59° del Club



Presidente Alberto Calsamiglia

Il menù proposto per la serata è:

Riso Venere con Pollo al Curry e Gamberoni

Stinco di Vitello al forno e Peperoni Verdi Ripieni

Patate Fritte, Melanzane e Zucchine Griglia

Dolce Tiramisù e Tartufini al Cioccolato



Molte le domande, le curiosità e le perplessità al termine della relazione. Alcune hanno avuto risposta, altre sono state rimandate ad un approfondimento personale.

Di seguito un brevissimo CV dei relatori, presentati da Vittorio Corradin:

Dr. Luca Manzardo. Biologo Nutrizionista, Dottore Magistrale in Scienze dell'Alimentazione e della Nutrizione Umana, laureato con lode all'Università degli Studi di Perugia, da anni si dedica allo studio della migliore alimentazione per gli esseri umani partendo dalle conoscenze approfondite della biochimica e dell'azione ormonale.

Dr. Davide Ippolito. Biologo Nutrizionista, Dottore Magistrale in Biologia della Nutrizione, Dottore Magistrale in Scienze Motorie, Dottore di Ricerca in Neuroscienze, Docente di fisiologia umana all'Università degli Studi di Padova.

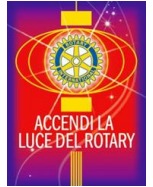
Per approfondimenti: www.lifefit.it



ROTARY CLUB di BASSANO DEL GRAPPA
2060° DISTRETTO ITALIA

Anno Rotariano 2014-2015 - 59° del Club

Presidente Alberto Calsamiglia



Prossimi appuntamenti

Lunedì 15 giugno, ore 20,00: Conviviale al ristorante Al Camin. *"I cappellani militari nella grande guerra"* relatore Mons.Ezio Busato. Il relatore esporrà i documenti e le direttive sia dello Stato Italiano sia della Santa Sede. Nella serata verranno anche concessi due PHF.

Martedì 16 e Mercoledì 17 giugno - Rotary GSE- Saranno a Bassano del Grappa 5 ragazzi statunitensi che dovremo ospitare e far conoscere il nostro territorio insieme al Club Rotary Castelli. Si prega di confermare l'eventuale disponibilità ad intervenire.

Congresso distrettuale - Distretto 2060

Venerdì 19 giugno dalle ore 17.00 e a seguire la cena di Gala

Sabato 20 giugno dalle ore 9.30 e a seguire il Rotary Village al Park Hotel Villa Fiorita - Via Giovanni XXIII, 1 - Monastier (Treviso)

Lunedì 22 giugno, ore 20,00: Caminetto in sede a Cà Erizzo Luca. Caminetto con argomenti rotariani.

Sabato 27 giugno, ore 10,00: Villa Cà Erizzo Luca. Convegno *"Un ponte in Europa"* organizzato dal nostro Club con Italia Nostra e con la partecipazione dell'ex Governatore Cesare Benedetti.

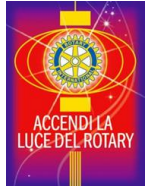
Lunedì 29 giugno, ore 20,00: Conviviale Al Camin *"Passaggio della consegne Alberto Calsamiglia/Andrea Minchio"*



ROTARY CLUB di BASSANO DEL GRAPPA
2060° DISTRETTO ITALIA

Anno Rotariano 2014-2015 - 59° del Club

Presidente Alberto Calsamiglia



Programma di Luglio e Agosto

Lunedì 6 luglio, *visita alla Palude di Onara;*

Lunedì 13 luglio, *visita a San Zenone degli Ezzelini;*

Domenica 19 luglio, *passeggiata in località Camol (Monte Grappa);*

Giovedì 23 luglio, *visita del Governatore Giuliano Cecovini;*

Lunedì 27 luglio, *sospesa;*

Lunedì 3 agosto, *Meeting dell'Amicizia ad Asiago;*

Pausa estiva.

Allegati

- presenze lunedì 8 giugno 2015
- programma luglio 2015
- programma agosto 2015