



**BIO E OLTRE...**  
*un cammino solidale*

*24 novembre 2013*  
*Assemblea generale*

---

# **“Alimentazione naturale”**

**sana, etica, gustosa**

**Relatore: Dott. Patrizia Gravino**



**BIO E OLTRE...**  
*un cammino solidale*

*24 novembre 2013*  
*Assemblea generale*

---

# **Alimentazione naturale:**

## **cibo-ambiente-salute**



**BIO E OLTRE...**  
*un cammino solidale*

*24 novembre 2013*  
*Assemblea generale*

---

# **Alimentazione naturale:**

**cibo-ambiente-salute**

**+**

**tradizione-scienza della  
nutrizione**



# Alimentazione naturale

## Linee guida:

- **Cereali, legumi, verdura**
- **Biologico o biodinamico**
- **Cibo integrale**
- **Cura nella preparazione**



**BIO E OLTRE...**  
*un cammino solidale*

*24 novembre 2013*  
*Assemblea generale*

# Alimentazione naturale

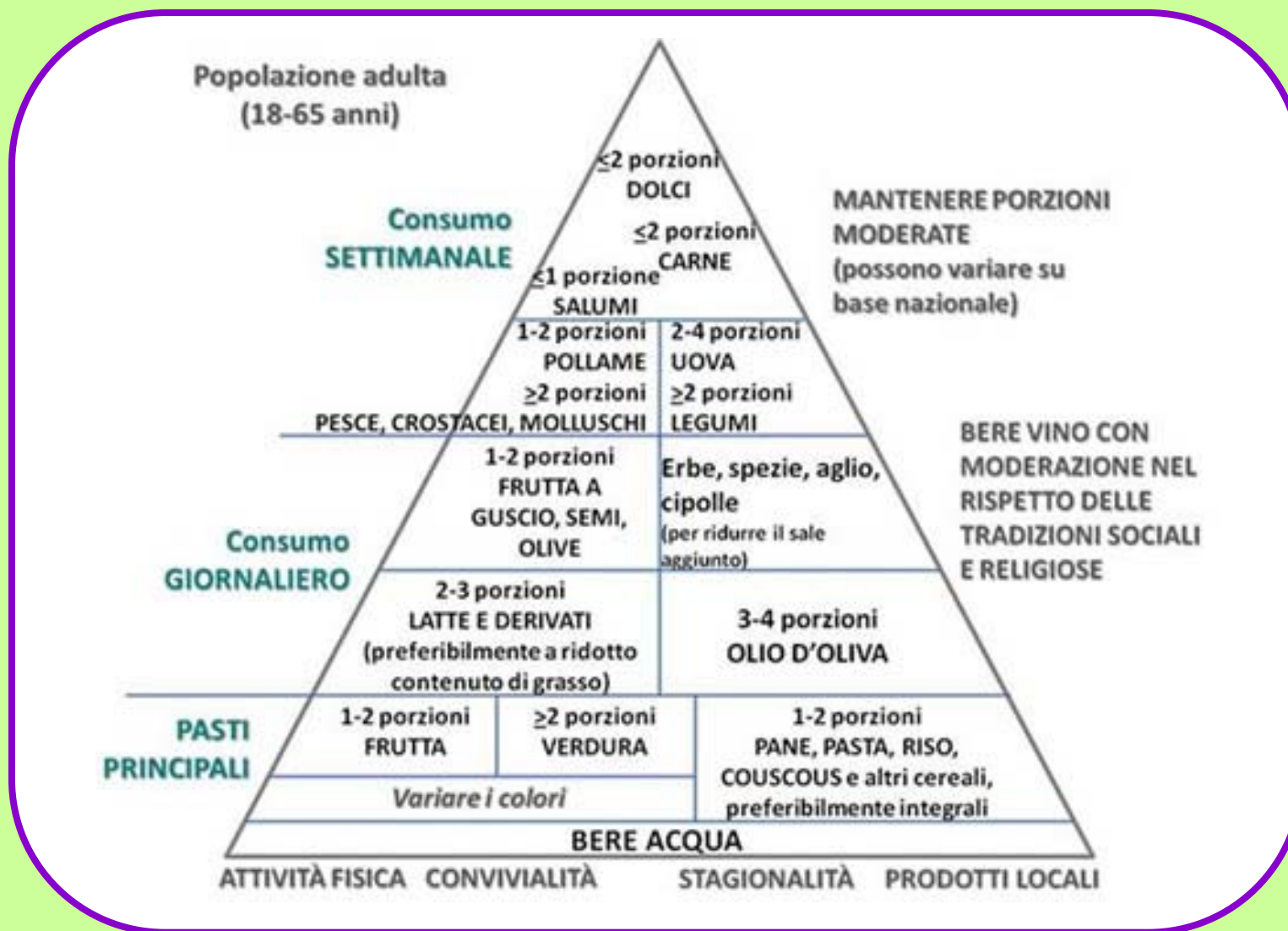
## Linee guida:

- **Cibo animale ridotto**
- **Cibo industriale eliminato**
- **Stile di vita sano**



## PIRAMIDE ALIMENTARE

fonte: Istituto Nazionale di Ricerca per gli alimenti e la Nutrizione





**BIO E OLTRE...**  
*un cammino solidale*

*24 novembre 2013*  
*Assemblea generale*

---

## **In conclusione:**

**L'alimentazione moderna è  
qualitativamente povera**

**L'alimentazione naturale è:  
sana, etica, gustosa!**



**BIO E OLTRE...**  
*un cammino solidale*

*24 novembre 2013*  
*Assemblea generale*

---

## **In conclusione:**

**Fare acquisti tramite Gas  
significa rimanere coerenti  
nella relazione**

**Cibo-ambiente-salute**