

HEALTHYFOOD

La conoscenza e la consapevolezza del cibo è sempre più importante. Conoscere gli ingredienti ed essere coscienti di come, quando e quanto consumarli è il percorso contemporaneo che tutti dovrebbero intraprendere per preservare la propria salute.

Modera: **Maria Cristina Bigongiali**
Giornalista RAI 1, Porta a Porta

15:30 - 16:40	Tavola rotonda sulla produzione biologica • "Strategie di espansione della produzione Bio" Andrea Campurra, <i>Presidente Distretto Sardegna Bio</i> • "Uno stile produttivo sano per favorire uno stile di vita sano." Marco Locci, <i>Direttore Coldiretti Nord Sardegna</i> • "Le opportunità dei Distretti del cibo con la Longevity Economy" Aldo Buiani, <i>Agronomo, Enologo, Direttore "Distretto Sardegna Bio"</i>
16:40 - 17:00	"Le dieci mosse antietà" Evelina Flachi , <i>Nutrizionista e Specialista in Scienza dell'Alimentazione Esperta in nutrizione funzionale - Bionutrizione - Educazione Alimentare.</i>
17:05 17:30	"La longevità si nutre anche di movimento", Silvano Zanuso , <i>Technogym Scientific Research and Communication Director</i>
17:35 - 19:00	Tavola rotonda su cibo, territorio e longevità a cura di Slow Food Gallura • "Carne e formaggi da allevamento Grass Fed", Mauro Monaco <i>presidente Slow Food Gallura</i> • "Il vino naturale", Paola Placido, <i>Ideatrice e coordinatrice Vite e Vite</i> • "L'Olio EVO", Angelo Crasta, <i>Presidente Oleificio Gallura di Berchidda</i> • "I grani tradizionali e pane a lievito madre", Diego Di Niglio, <i>Fondatore e produttore della Tenuta Coda di Lupo</i> • "La Bionutrizione a tavola ovvero l'aspetto funzionale del cibo", Evelina Flachi, <i>Nutrizionista e Specialista in Scienza dell'Alimentazione Esperta in nutrizione funzionale - Bionutrizione - Educazione Alimentare.</i>

Degustazione di prodotti del territorio a cura di Slow Food Gallura

INGRESSO LIBERO



Scopri tutti i programmi

LONGEVITYWEEKS
COSTA SMERALDA
longevityweekscostasmeralda.it

SABATO 10 OTTOBRE 2026, ORE 15:30 – LONGEVITY PAVILION, PORTO CERVO