UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI TORINO
Dipartimento di Scienze della Sanità Pubblica e Pediatriche
CORSO DI LAUREA IN INFERMIERISTICA
TORINO

ADE "Seminario ed esercitazioni Lifestyle Medicine" CdL in Infermieristica aa 2023/2024

Referente: Carmela Rinaldi

Studenti ammessi: 30 studenti (I- II- III anno) suddivisi in due gruppi
Sede: Istituto Rosmini

Programma (data da definire fine maggio-inizio giugno 2024) ore 9.00-13.00 (gruppo I) ore 14.00-18.00 (gruppo II)

GRUPPO 1 (15 studenti)		
09.00 – 9.15	Presentazione del corso	Rinaldi C.
09.15 – 10.45	Principi di dietetica e nutrizione (piramide alimentare, dieta mediterranea, principi nutritivi, lettura etichette, sicurezza degli alimenti, ecc.)	Opizzi A. Rinaldi C.
10.45 – 11.00	PAUSA	
11.00 - 13.00	Esercitazione: ricette e una spesa sana per la salute delle ossa	Opizzi A. Rinaldi C.
13.00 – 14.00	PRANZO	
GRUPPO 2 (15 studenti)		
14.00 – 14.15	Presentazione del corso	Rinaldi C.
14.15 – 15.45	Principi di dietetica e nutrizione (piramide alimentare, dieta mediterranea, principi nutritivi, lettura etichette, sicurezza degli alimenti, ecc.)	Opizzi A. Rinaldi C.
15.45 – 16.00	PAUSA	
16.00 - 18.00	Esercitazione: ricette e una spesa sana per la salute delle ossa.	Opizzi A. Rinaldi C.