

# ArezzoWeb

## INFORMA

CRONACA POLITICA ATTUALITÀ COVID-19 CULTURA&EVENTI SPORT GIOSTRA VIDEO TV 

VALLATE 

Home > Arezzo > Vivo Sano, una piattaforma online con informazioni su sana alimentazione e corretti...

Arezzo Attualità Casentino Coronavirus In Evidenza Salute Valdarno Valdichiana Valtiberina

## Vivo Sano, una piattaforma online con informazioni su sana alimentazione e corretti stili di vita

Di **Redazione** - 4 Maggio 2020

 Mi piace 2



Prevenzione, responsabilità, metodo scientifico. Sono i tre pilastri che fanno da fondamenta al progetto Vivo Sano: una innovativa piattaforma online dove i toscani potranno accedere a informazioni certificate sulla sana alimentazione e i corretti stili di vita. Promosso dall'Azienda ospedaliero-universitaria Senese, con la condivisione della Regione Toscana e la collaborazione dell'Università degli Studi di Siena, l'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica (ADI) e la Toscana Food Association APS.

"Mai come durante questa crisi sanitaria, causata dal Covid-19, è evidente l'importanza della prevenzione – afferma Stefania Saccardi, assessore al diritto alla salute della Regione Toscana – Ridurre i fattori di rischio che possono causare malattie croniche come infarto, ictus, tumori e diabete è un obiettivo di tutto il sistema sanitario regionale. Una sana alimentazione e corretti stili di vita rappresentano una indispensabile opportunità di prevenzione per tutti noi".

Per conoscere i contenuti di Vivo Sano, chiunque può accedere a [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu) e navigare tra le pagine dell'innovativo sito. "La salute è una responsabilità individuale e collettiva – indica Valtere Giovannini, direttore generale dell'Azienda ospedaliero-universitaria senese -. Con Vivo Sano vogliamo rendere accessibili a tutti semplici informazioni e consigli su come vivere in salute, partendo da un'alimentazione varia ed equilibrata e da una corretta attività fisica. Professionisti ed esperti del nostro

### ULTIMA ORA



D'Urso a Ghinelli: "tutti i dati Covid sono nel portale regione..."



Coronavirus, la situazione in Toscana all'inizio della Fase 2.

ospedale daranno indicazioni e raccomandazioni, mettendo le proprie competenze al servizio di tutta la nostra comunità”.

Approfondimenti sulle proprietà e i benefici degli alimenti, come contrastare malattie legate ad una alimentazione inadeguata e scorretti stili di vita, come prevenire fattori di rischio attraverso l'attività fisica, all'aperto oppure in casa: sono alcuni dei temi trattati su [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu). Tutti con rigoroso metodo scientifico. “La scienza è la fondamentale via da seguire quando si parla di salute – dice Francesco Frati, rettore dell'Università di Siena. False notizie ogni giorno ci invadono, creando disinformazione e confusione. Con Vivo Sano ogni contenuto si baserà su nozioni rigorose e bibliografie scientifiche. Senza tecnicismi ma con un linguaggio semplice e comprensibile da tutti, condivideremo informazioni e consigli sulla salute che parte dal cibo e dall'esercizio fisico”.

Protagonista del progetto è una squadra di professionisti dell'Azienda ospedaliero-universitaria senese e dell'Università di Siena, specializzati in dietetica, nutrizione, alimentazione e medicina dello sport: saranno loro a diffondere, a giorni alterni, indicazioni e consigli su salute, alimentazione e attività motoria. “Si tratta di semplici indicazioni per migliorare lo stato di salute di ciascuno di noi – spiega la dottoressa Barbara Paolini, responsabile del progetto nonché medico dietologo dell'UOSA Dietetica e Nutrizione Clinica dell'Aou senese e coordinatore dei presidenti regionali dell'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione clinica -. Specialmente in questo periodo di isolamento a causa dell'emergenza Covid-19, vivere in salute è diventata un'importante responsabilità individuale. I corretti stili di vita determinano un buono stato di salute. Con Vivo Sano forniremo una guida assai fruibile su sana alimentazione e corretta attività fisica”.

Salute e innovazione, un binomio vincente. “Attraverso l'uso del web, dei social, di newsletter vogliamo diffondere in modo capillare l'idea che la salute parte dalla tavola e dall'attività fisica – affermano dalla Toscana Food Association APS -. Oltre un terzo degli Italiani usa internet per reperire informazioni sulla propria salute. Con [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu) troverà contenuti certificati e di grande qualità”. Non resta che collegarsi.



Articolo precedente

Settanta chili di cioccolato donati al Calciat dalla ditta Baratti&Milano di Torino

Articolo successivo

Operai edili rubano materiale da un cantiere stradale, denunciati

ALTRO DALL'AUTORE



D'Urso a Ghinelli: “tutti i dati Covid sono nel portale regione accessibile solo a Prefetti e Sindaci”



Coronavirus, la situazione in Toscana all'inizio della Fase 2. Contagio: trend in discesa



Le Università toscane per l'infanzia: parte il progetto “UNI.T.I.”

Contagio: trend...



Le Università toscane per l'infanzia: parte il progetto “UNI.T.I.”



I Ristoratori Toscana: “noi risorgeremo, ma quando ci sarà la sicurezza”



M5S: “sicurezza, da cavallo di battaglia a emblema del fallimento della...”



Vivo Sano, una piattaforma online con informazioni su sana alimentazione e...



Settanta chili di cioccolato donati al Calciat dalla ditta Baratti&Milano di...



Fase2: ecco l'ordinanza sul lavoro in sicurezza



Fase2: ecco le quindici cose che si possono e non si...



Dona quattro quintali di fieno agli animali del circo e la...



I VIDEO PIU' VISTI



Settanta chili di cioccolato donati al Calciat dalla ditta Baratti&Milano di...



Vaccari: “confermata l'ultima testimonianza di Liliana Segre ad Arezzo. Spostata ad...



LIVE con Mario Landini e Mario Checchagnini per parlare della protesta...



Live con Lorenzo Bernardini e Fabio Sinatti per parlare di sport...



# ELBAREPORT

QUOTIDIANO DI INFORMAZIONE ONLINE DALL'ISOLA D'ELBA



HOME CRONACA POLITICA - ISTITUZIONI **SCIENZA - AMBIENTE** ARTE - CULTURA GIOVANI EVENTI - SOCIETÀ SPORT CORSIVO VIGNETTE

In un momento in cui emergono ansie, paure e fobie, giocare su questi sentimenti è sc - 09:02 04.05.20

Segui Elbareport su: 



## VIVO SANO, UNA PIATTAFORMA ONLINE CON INFORMAZIONI SU SANA ALIMENTAZIONE E CORRETTI STILI DI VITA

Scritto da Toscana Notizie  
Lunedì, 04 Maggio 2020 10:00

Prevenzione, responsabilità, metodo scientifico. Sono i tre pilastri che fanno da fondamenta al progetto Vivo Sano: una innovativa piattaforma online dove i toscani potranno accedere a informazioni certificate sulla sana alimentazione e i corretti stili di vita. Promosso dall'Azienda ospedaliero-universitaria Senese, con la condivisione della Regione Toscana e la collaborazione

dell'Università degli Studi di Siena, l'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica (ADI) e la Toscana Food Association APS.

"Mai come durante questa crisi sanitaria, causata dal Covid-19, è evidente l'importanza della prevenzione - afferma **Stefania Saccardi**, assessore al diritto alla salute della Regione Toscana - *Ridurre i fattori di rischio che possono causare malattie croniche come infarto, ictus, tumori e diabete è un obiettivo di tutto il sistema sanitario regionale. Una sana alimentazione e corretti stili di vita rappresentano una indispensabile opportunità di prevenzione per tutti noi*".

Per conoscere i contenuti di Vivo Sano, chiunque può accedere a [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu) e navigare tra le pagine dell'innovativo sito. "La salute è una responsabilità individuale e collettiva - indica **Valtere Giovannini**, direttore generale dell'Azienda ospedaliero-universitaria senese - *Con Vivo Sano vogliamo rendere accessibili a tutti semplici informazioni e consigli su come vivere in salute, partendo da un'alimentazione varia ed equilibrata e da una corretta attività fisica. Professionisti ed esperti del nostro ospedale daranno indicazioni e raccomandazioni, mettendo le proprie competenze al servizio di tutta la nostra comunità*".

Approfondimenti sulle proprietà e i benefici degli alimenti, come contrastare malattie legate ad una alimentazione inadeguata e scorretti stili di vita, come prevenire fattori di rischio attraverso l'attività fisica, all'aperto oppure in casa: sono alcuni dei temi trattati su [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu). Tutti con rigoroso metodo scientifico. "La scienza è la fondamentale via da seguire quando si parla di salute - dice **Francesco Frati**, rettore dell'Università di Siena. *False notizie ogni giorno ci invadono, creando disinformazione e confusione. Con Vivo Sano ogni contenuto si baserà su nozioni rigorose e bibliografie scientifiche. Senza tecnicismi ma con un linguaggio semplice e comprensibile da tutti, condivideremo informazioni e consigli sulla salute che parte dal cibo e dall'esercizio fisico*".

Protagonista del progetto è una squadra di professionisti dell'Azienda ospedaliero-universitaria senese e dell'Università di Siena, specializzati in dietetica, nutrizione, alimentazione e medicina dello sport: saranno



loro a diffondere, a giorni alterni, indicazioni e consigli su salute, alimentazione e attività motoria. "Si tratta di semplici indicazioni per migliorare lo stato di salute di ciascuno di noi - spiega la dottoressa **Barbara Paolini**, responsabile del progetto nonché medico dietologo dell'UOSA Dietetica e Nutrizione Clinica dell'Aou senese e coordinatore dei presidenti regionali dell'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione clinica -. *Specialmente in questo periodo di isolamento a causa dell'emergenza Covid-19, vivere in salute è diventata un'importante responsabilità individuale. I corretti stili di vita determinano un buono stato di salute. Con Vivo Sano forniremo una guida assai fruibile su sana alimentazione e corretta attività fisica*".

Salute e innovazione, un binomio vincente. "Attraverso l'uso del web, dei social, di newsletter vogliamo diffondere in modo capillare l'idea che la salute parte dalla tavola e dall'attività fisica - affermano dalla Toscana Food Association APS -. *Oltre un terzo degli Italiani usa internet per reperire informazioni sulla propria salute. Con www.cibum.eu troverà contenuti certificati e di grande qualità*". Non resta che collegarsi.

dimensione font  [Stampa](#) | [Email](#) | [Commenta per primo!](#)

Vota questo articolo  (0 Voti)



Tweet



Mi piace

Piace a una persona. Iscriviti per vedere cosa piace ai tuoi

Social sharing: 

Publicato in [Scienza e ambiente](#)

Altro in questa categoria: [« La Foto del Giorno \(4 mag.\) »](#)

Commenti: 0

Ordina per [Meno recenti](#) 



Aggiungi un commento...

 Plug-in Commenti di Facebook

## LASCIA UN COMMENTO

Assicurati di inserire (\*) le informazioni necessarie ove indicato.  
Codice HTML non è permesso.

Messaggio \*

scrivi il tuo messaggio qui...

Nome \*

inserisci il tuo nome...

Email \*

inserisci il tuo indirizzo e-mail...

URL del sito web

inserisci l'URL del tuo sito

[INVIA IL COMMENTO](#)



## RICERCA NEL SITO

COSA VUOI CERCARE?





Home > Toscana > Regione Toscana > Vivo Sano, piattaforma su sana alimentazione e corretti stili di vita

- TOSCANA
- REGIONE TOSCANA
- TERRITORIO
- AREZZO
- FIRENZE
- CRONACA
- GROSSETO
- LIVORNO
- LUCCA
- MASSA-CARRARA
- PISA
- FOOD&DRINKS
- PISTOIA
- PRATO
- SIENA

## Vivo Sano, piattaforma su sana alimentazione e corretti stili di vita

Di Redazione - 4 Maggio 2020 👁 47

👍 Mi piace 5

- Facebook
- Twitter
- Pinterest
- LinkedIn
- Tumblr



Promossa dall'Azienda ospedaliero universitaria senese, con Regione Toscana, Università degli studi di Siena, Associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica e la Toscana Food Association

*Riceviamo e pubblichiamo dall'Ufficio Stampa del Polo Museale della Toscana.*

Prevenzione, responsabilità, metodo scientifico. Sono i tre pilastri che fanno da fondamenta al progetto Vivo Sano: una innovativa piattaforma *online* dove i toscani potranno accedere a informazioni certificate sulla sana alimentazione e i corretti stili di vita.

Promosso dall'Azienda Ospedaliero Universitaria Senese, con la condivisione della Regione Toscana e la collaborazione dell'Università degli Studi di Siena, l'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica, ADI, e la Toscana Food Association APS.

Afferma Stefania Saccardi, Assessore al diritto alla salute della Regione Toscana:

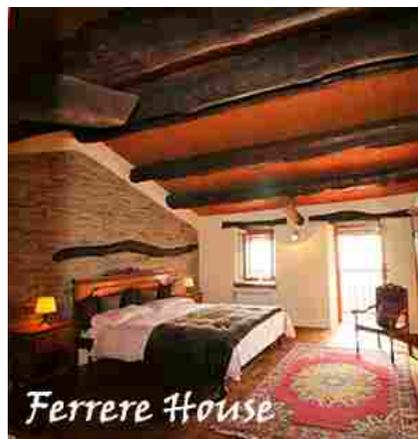
***Mai come durante questa crisi sanitaria, causata dal Covid-19, è evidente l'importanza della prevenzione. Ridurre i fattori di rischio che possono causare malattie croniche come***

SELEZIONA LINGUA



**SOSTIENI EXPARTIBUS**

**Contribuisci con una piccola donazione alla crescita del nostro progetto editoriale**



Le ultime di napolisera.it



- La Polizia Locale sequestra migliaia di mascherine prive di marcatura CE
- Iniziativa Maggio dei Monumenti IX Municipalità
- Giordano Bruno NEI PREZIOSI TESTI DELLA BIBLIOTECA PER IL MAGGIO

Direttore responsabile Raffaella Zelia Ruscitto

Home > Benessere e Salute

Nasce "Vivo Sano", piattaforma online su sana alimentazione e corretti stili di vita

Data: 4 maggio 2020 11:05 in: Benessere e Salute

Un progetto sostenuto dalla Regione coordinato dall'Aou con Unisi, Adi e Aps



SIENA. Prevenzione, responsabilità, metodo scientifico. Sono i tre pilastri che fanno da fondamenta al progetto Vivo Sano: una innovativa piattaforma online dove i Toscani potranno accedere a informazioni certificate sulla sana alimentazione e i corretti stili di vita. Promosso dall'Azienda ospedaliero-universitaria Senese, con la condivisione della Regione Toscana e la collaborazione dell'Università degli Studi di Siena, l'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica (ADI) e la Toscana Food Association APS. «Mai come durante questa crisi sanitaria, causata dal Covid-19, è evidente l'importanza della prevenzione – afferma Stefania Saccardi, Assessore alla Salute della Regione Toscana –. Ridurre i fattori di rischio che possono causare malattie croniche come infarto, ictus, tumori e diabete è un obiettivo di tutto il sistema sanitario regionale. Una sana alimentazione e corretti stili di vita rappresentano una indispensabile opportunità di prevenzione per tutti noi».

Cerca



La CGIL di Siena proroga la chiusura al pubblico al 18 maggio
Leggi l'articolo intero...



Uici: "Mascherine e guanti: un problema per ciechi ed ipovidenti"
Leggi l'articolo intero...



"Spesa sospesa" nelle Coop Fi: 120mila euro per i pacchi
Leggi l'articolo intero...



Lettera di un proprietario di una casa al mare
Leggi l'articolo intero...

Pubblicità



Follow



Pubblicità

NEWS DAL MONDO ULTIMI COMMENTI I PIÙ LETTI

Riciclaggio internazionale, 2 arresti e 19 denunce
4 maggio 2020

Marco Lavazza "La filiera non si e' fermata ma ci e' costato"
4 maggio 2020

Per conoscere i contenuti di Vivo Sano chiunque può accedere a [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu) e navigare tra le pagine dell'innovativo sito. «La salute è una responsabilità individuale e collettiva – indica Valtere Giovannini, direttore generale dell'Azienda ospedaliero-universitaria Senese –. Con Vivo Sano vogliamo rendere accessibili a tutti semplici informazioni e consigli su come vivere in salute, partendo da un'alimentazione varia ed equilibrata e da una corretta attività fisica. Professionisti ed esperti del nostro ospedale daranno indicazioni e raccomandazioni, mettendo le proprie competenze al servizio di tutta la nostra comunità».

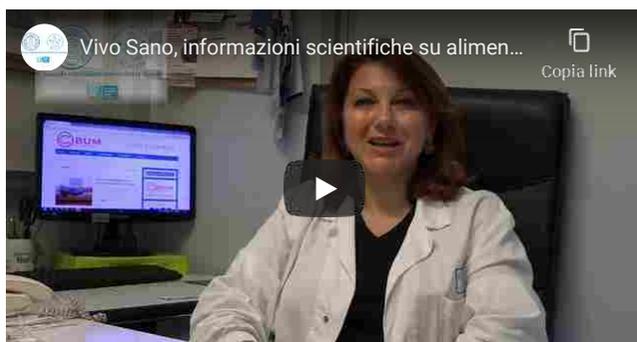
Approfondimenti sulle proprietà e i benefici degli alimenti, come contrastare malattie legate ad una alimentazione inadeguata e scorretti stili di vita, come prevenire fattori di rischio attraverso l'attività fisica, all'aperto oppure in casa: sono alcuni dei temi trattati su [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu) Tutti con rigoroso metodo scientifico.

«La scienza è la fondamentale via da seguire quando si parla di salute – dice Francesco Frati – Rettore dell'Università di Siena. False notizie ogni giorno ci invadono, creando disinformazione e confusione. Con Vivo Sano ogni contenuto si baserà su nozioni rigorose e bibliografie scientifiche. Senza tecnicismi ma con un linguaggio semplice e comprensibile da tutti, condivideremo informazioni e consigli sulla salute che parte dal cibo e dall'esercizio fisico».

Protagonista del progetto è una squadra di professionisti dell'Azienda ospedaliero-universitaria Senese e dell'Università di Siena, specializzati in dietetica, nutrizione, alimentazione e medicina dello sport: saranno loro a diffondere, a giorni alterni, indicazioni e consigli su salute, alimentazione e attività motoria.

«Si tratta di semplici indicazioni per migliorare lo stato di salute di ciascuno di noi – spiega la dottoressa Barbara Paolini, responsabile del progetto nonché medico dietologo dell'UOSA Dietetica e Nutrizione Clinica dell'AOU Senese e coordinatore dei presidenti regionali dell'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione clinica –. Specialmente in questo periodo di isolamento a causa dell'emergenza Covid-19, vivere in salute è diventata un'importante responsabilità individuale. I corretti stili di vita determinano un buono stato di salute. Con Vivo Sano forniremo una guida assai fruibile su sana alimentazione e corretta attività fisica».

Salute e innovazione, un binomio vincente. «Attraverso l'uso del web, dei social, di newsletter vogliamo diffondere in modo capillare l'idea che la salute parte dalla tavola e dall'attività fisica – affermano dalla Toscana Food Association APS –. Oltre un terzo degli Italiani usa internet per reperire informazioni sulla propria salute. Con [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu) troverà contenuti certificati e di grande qualità». Non resta che collegarsi.



Se n'è andato Stefano Montomoli  
[Leggi l'articolo intero...](#)



Anche a Siena flash mob delle "mascherine tricolori"  
[Leggi l'articolo intero...](#)

**Pubblicità**

Conte "La ripartenza e' nelle nostre mani"

4 maggio 2020

Salini Impregilo diventa Webuild e valorizza le eccellenze italiane

4 maggio 2020

**Videonews**



**Pubblicità**



News dalle Pubbliche Amministrazioni  
della Città Metropolitana di Firenze

Login



Area Fiorentina Chianti Empolese Valdelsa Mugello Piana Val di Sieve Valdarno Prato Pistoia

Cerca:

Vai

Home Primo piano Agenzia Archivio Top News Redattori NewsLetter Rss Edicola Chi siamo lun, 4 Maggio

[Sanità] [Covid-19]

Regione Toscana



## Regione. Vivo Sano, una piattaforma online con informazioni su sana alimentazione e corretti stili di vita

Promossa dall'Azienda ospedaliero universitaria senese, con Regione Toscana, Università degli studi di Siena, Associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica e la Toscana Food Association



Prevenzione, responsabilità, metodo scientifico. Sono i tre pilastri che fanno da fondamenta al progetto Vivo Sano: una innovativa piattaforma online dove i toscani potranno accedere a informazioni certificate sulla sana alimentazione e i corretti stili di vita. Promosso dall'Azienda ospedaliero-universitaria Senese, con la condivisione della Regione Toscana e la collaborazione dell'Università degli Studi di Siena, l'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica (ADI) e la Toscana Food Association APS.

“Mai come durante questa crisi sanitaria, causata dal Covid-19, è evidente l'importanza della prevenzione - afferma Stefania Saccardi, assessore al diritto alla salute della Regione Toscana - Ridurre i fattori di rischio che possono causare malattie croniche come infarto, ictus, tumori e diabete è un obiettivo di tutto il sistema sanitario regionale. Una sana alimentazione e corretti stili di vita rappresentano una indispensabile opportunità di prevenzione per tutti noi”.

Per conoscere i contenuti di Vivo Sano, chiunque può accedere a [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu) e navigare tra le pagine dell'innovativo sito. “La salute è una responsabilità individuale e collettiva - indica Valtere Giovannini, direttore generale dell'Azienda ospedaliero-universitaria senese -. Con Vivo Sano vogliamo rendere accessibili a tutti semplici informazioni e consigli su come vivere in salute, partendo da un'alimentazione varia ed equilibrata e da una corretta attività fisica. Professionisti ed esperti del nostro ospedale daranno indicazioni e raccomandazioni, mettendo le proprie competenze al servizio di tutta la nostra comunità”.

Approfondimenti sulle proprietà e i benefici degli alimenti, come contrastare malattie legate ad una alimentazione inadeguata e scorretti stili di vita, come prevenire fattori di rischio attraverso l'attività fisica, all'aperto oppure in casa: sono alcuni dei temi trattati su [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu). Tutti con rigoroso metodo scientifico. “La scienza è la fondamentale via da

Primo piano Toscana Finanza

Sport

ANSA.IT Primo Piano

News di Topnews - ANSA.it

Coronavirus: Spagna, 164 morti

Ecdc, con il distanziamento -45% contagi

Expo di Dubai ufficialmente rinviato

Fontana, emergenza resta,rispetto regole

Ansa Top News - Tutti gli Rss



VIABILITÀ METEO SPETTACOLI EVENTI

**Notizie**  
**Coronavirus Covid-19**

Cerca per comune



Met

Archivio news

Archivio 2002-05

Servizi e strumenti

- Foto
- Gadgets
- Mobile
- Rss
- Edicola
- iMobi
- Facebook
- Twitter
- Accessibilità
- Scelta rapida

Notizie dai comuni

Città

Città Metropolitana

Comunicati stampa

U.R.P.

Ufficio stampa

Normativa e accesso

Newsletter

Met

Sport

seguire quando si parla di salute - dice Francesco Frati, rettore dell'Università di Siena. False notizie ogni giorno ci invadono, creando disinformazione e confusione. Con Vivo Sano ogni contenuto si baserà su nozioni rigorose e bibliografie scientifiche. Senza tecnicismi ma con un linguaggio semplice e comprensibile da tutti, condivideremo informazioni e consigli sulla salute che parte dal cibo e dall'esercizio fisico".

Protagonista del progetto è una squadra di professionisti dell'Azienda ospedaliero-universitaria senese e dell'Università di Siena, specializzati in dietetica, nutrizione, alimentazione e medicina dello sport: saranno loro a diffondere, a giorni alterni, indicazioni e consigli su salute, alimentazione e attività motoria. "Si tratta di semplici indicazioni per migliorare lo stato di salute di ciascuno di noi - spiega la dottoressa Barbara Paolini, responsabile del progetto nonché medico dietologo dell'UOSA Dietetica e Nutrizione Clinica dell'Aou senese e coordinatore dei presidenti regionali dell'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione clinica -. Specialmente in questo periodo di isolamento a causa dell'emergenza Covid-19, vivere in salute è diventata un'importante responsabilità individuale. I corretti stili di vita determinano un buono stato di salute. Con Vivo Sano forniremo una guida assai fruibile su sana alimentazione e corretta attività fisica".

Salute e innovazione, un binomio vincente. "Attraverso l'uso del web, dei social, di newsletter vogliamo diffondere in modo capillare l'idea che la salute parte dalla tavola e dall'attività fisica - affermano dalla Toscana Food Association APS -. Oltre un terzo degli Italiani usa internet per reperire informazioni sulla propria salute. Con [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu) troverà contenuti certificati e di grande qualità". Non resta che collegarsi

04/05/2020 11.00  
Regione Toscana

[^ inizio pagina](#)



Non-profit

Tweet di @metfirenze

 Met Firenze  
@metfirenze

A1 Milano-Napoli direttissima: chiuso per una notte il tratto dal km 256+700 dopo stazione panoramica [ift.tt/3fj0UDK](https://ift.tt/3fj0UDK)



  42m

 Met Firenze  
@metfirenze

Publiacqua. Aggiornamento sui cantieri aperti sulla rete idrica di Firenze [ift.tt/2Wnr8MB](https://ift.tt/2Wnr8MB)



[Incorpora](#) [Visualizza su Twitter](#)

 IL QUOTIDIANO  
DELLE PUBBLICHE  
AMMINISTRAZIONI

Reg. Tribunale Firenze  
n. 5241 del 20/01/2003

Met  
Città Metropolitana di Firenze  
Via Cavour, 1 - 50129 Firenze  
tel. 055 2760346, fax 055 2761276

Direttore responsabile: Gianfrancesco Apollonio

Web designer: Claudia Nielsen

Coordinamento redazionale: Loriana Curri

Content editor: Antonello Serino, Daniela Mencarelli

Ufficio Stampa della Città Metropolitana:  
Michele Brancale

 [e-mail](#)



a cura di: Città Metropolitana di Firenze - Direzione Comunicazione e Informazione

cerca in SienaFree.it Cerca  
Lunedì, 4 maggio 2020



# SIENA FREE

QUOTIDIANO ONLINE di Siena e provincia e della Toscana



- HOME
- SIENA
- PROVINCIA
- TOSCANA
- ECONOMIA E FINANZA
- ARTE-SCIENZA-CULTURA
- EVENTI E SPETTACOLI
- SPORT
- SALUTE E BENESSERE**
- UNIVERSITÀ
- PALIO E CONTRADE
- TURISMO
- AGROALIMENTARE-ENOGASTRONOMIA
- AMBIENTE-ENERGIA
- LAVORO-FORMAZIONE
- AREZZO
- GROSSETO
- SERVIZI

Ultime Notizie <> Nasce "Vivo Sano", piattaforma online su sana alimentazione e corretti stili di vita - VIDEO



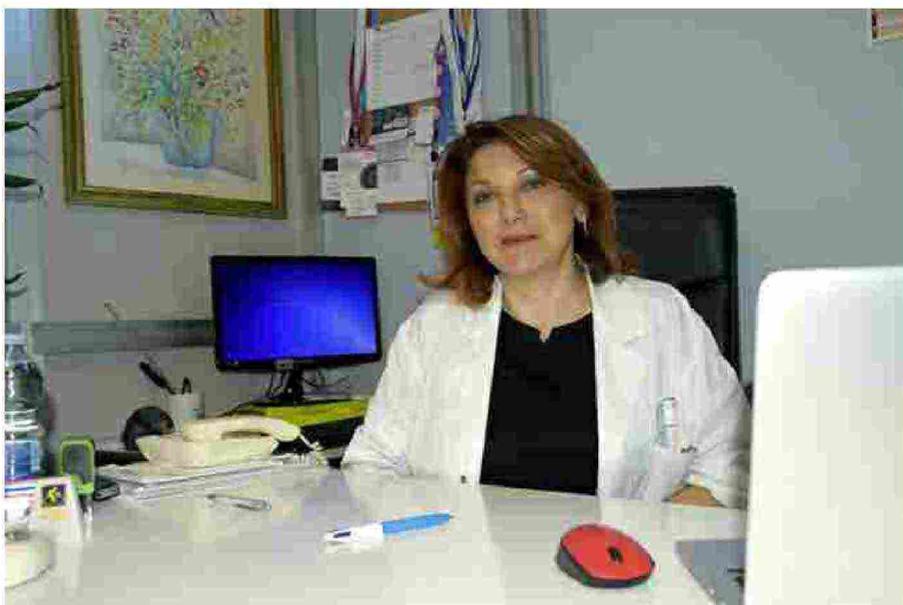
SALUTE E BENESSERE  
AUDIO 4

## Nasce "Vivo Sano", piattaforma online su sana alimentazione e corretti stili di vita - VIDEO

Lunedì 04 Maggio 2020 11:07

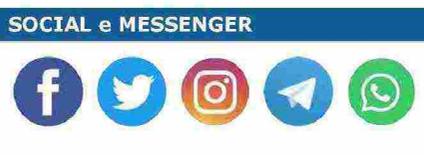


Progetto coordinato da Aou Senese con il sostegno della Regione Toscana



La dottoressa Barbara Paolini

Prevenzione, responsabilità, metodo scientifico. Sono i tre pilastri che fanno



da fondamenta al progetto Vivo Sano: una innovativa piattaforma online dove i Toscani potranno accedere a informazioni certificate sulla sana alimentazione e i corretti stili di vita. Promosso dall'Azienda ospedaliero-universitaria Senese, con la condivisione della Regione Toscana e la collaborazione dell'Università degli Studi di Siena, l'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica (ADI) e la Toscana Food Association APS.

«Mai come durante questa crisi sanitaria, causata dal Covid-19, è evidente l'importanza della prevenzione – afferma Stefania Saccardi, assessore alla Salute della Regione Toscana –. Ridurre i fattori di rischio che possono causare malattie croniche come infarto, ictus, tumori e diabete è un obiettivo di tutto il sistema sanitario regionale. Una sana alimentazione e corretti stili di vita rappresentano una indispensabile opportunità di prevenzione per tutti noi».

Per conoscere i contenuti di Vivo Sano chiunque può accedere a [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu) e navigare tra le pagine dell'innovativo sito. «La salute è una responsabilità individuale e collettiva – indica Valtere Giovannini, direttore generale dell'Azienda ospedaliero-universitaria Senese –. Con Vivo Sano vogliamo rendere accessibili a tutti semplici informazioni e consigli su come vivere in salute, partendo da un'alimentazione varia ed equilibrata e da una corretta attività fisica. Professionisti ed esperti del nostro ospedale daranno indicazioni e raccomandazioni, mettendo le proprie competenze al servizio di tutta la nostra comunità».

Approfondimenti sulle proprietà e i benefici degli alimenti, come contrastare malattie legate ad una alimentazione inadeguata e scorretti stili di vita, come prevenire fattori di rischio attraverso l'attività fisica, all'aperto oppure in casa: sono alcuni dei temi trattati su [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu). Tutti con rigoroso metodo scientifico. «La scienza è la fondamentale via da seguire quando si parla di salute – dice Francesco Frati – Rettore dell'Università di Siena. False notizie ogni giorno ci invadono, creando disinformazione e confusione. Con Vivo Sano ogni contenuto si baserà su nozioni rigorose e bibliografie scientifiche. Senza tecnicismi ma con un linguaggio semplice e comprensibile da tutti, condivideremo informazioni e consigli sulla salute che parte dal cibo e dall'esercizio fisico».

Protagonista del progetto è una squadra di professionisti dell'Azienda ospedaliero-universitaria Senese e dell'Università di Siena, specializzati in dietetica, nutrizione, alimentazione e medicina dello sport: saranno loro a diffondere, a giorni alterni, indicazioni e consigli su salute, alimentazione e attività motoria. «Si tratta di semplici indicazioni per migliorare lo stato di salute di ciascuno di noi – spiega la dottoressa Barbara Paolini, responsabile del progetto nonché medico dietologo dell'UOSA Dietetica e Nutrizione Clinica dell'AOU Senese e coordinatore dei presidenti regionali dell'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione clinica –. Specialmente in questo periodo di isolamento a causa dell'emergenza Covid-19, vivere in salute è diventata un'importante responsabilità individuale. I corretti stili di vita determinano un buono stato di salute. Con Vivo Sano forniremo una guida assai fruibile su sana alimentazione e corretta attività fisica».

Salute e innovazione, un binomio vincente. «Attraverso l'uso del web, dei social, di newsletter vogliamo diffondere in modo capillare l'idea che la salute parte dalla tavola e dall'attività fisica – affermano dalla Toscana Food Association APS –. Oltre un terzo degli Italiani usa internet per reperire informazioni sulla propria salute. Con [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu) troverà contenuti



#### CORONAVIRUS - 10 comportamenti raccomandati dal Ministero della Salute



certificati e di grande qualità». Non resta che collegarsi.

#### VIDEO



#### ESTRA NOTIZIE



# SIENA FREE

QUOTIDIANO ONLINE di Siena e provincia e della Toscana

Vuoi ricevere **GRATUITAMENTE**  
 le più importanti notizie di Siena e provincia  
 sul tuo numero WhatsApp? **CLICCA QUI**  
 sarai sempre aggiornato da SIENA FREE



#### POTREBBE INTERESSARTI

- Regione Toscana, fase 2: ecco le 15 cose che da oggi si possono e non si possono fare in base alla nuova ordinanza regionale - 04.05.20
- Coronavirus, Protezione Civile: 100.179 i casi attualmente positivi, 28.884 i deceduti, 81.654 i guariti - LE MAPPE - 03.05.20
- Coronavirus: 1 caso positivo in provincia di Siena, 5 i guariti - 03.05.20
- Coronavirus, i dati di domenica 3 maggio in Toscana: 38 nuovi casi positivi, 9 deceduti, 66 i guariti - 03.05.20
- Come riprende la normale attività sanitaria in Toscana dal 4 maggio -

Utilizziamo i cookie per essere sicuri che tu possa avere la migliore esperienza sul nostro sito. Se continui ad utilizzare questo sito noi assumiamo che tu ne sia felice.

Ok



# Vivo Sano, una piattaforma online con informazioni su sana alimentazione e corretti stili di vita

Cerca...

Invia

PUBBLICITÀ

38 Visto Maggio 04, 2020

Cronaca, Primo Piano Lucca e Piana, Ultimi Articoli Lucca e Piana Verde Azzurro 6

Ristorante Pizzeria  
"IL GRANAIO"

Enobiblioteca  
WineBar  
Ristorante  
Pizzeria

"leggere gustando"  
Farro - Zuppa alla frastoviana  
e Sciangata con arrosti

Via dell'Acquacalda, 2480  
San Pietro a Vico LUCCA  
Info e prenotazioni  
0583-997131

PUBBLICITÀ



Prevenzione, responsabilità, metodo scientifico. Sono i tre pilastri che fanno da fondamenta al progetto Vivo Sano: una innovativa piattaforma online dove i toscani potranno accedere a informazioni certificate sulla sana alimentazione e i corretti stili di vita. Promosso dall'Azienda ospedaliero-universitaria Senese, con la condivisione della Regione Toscana e la collaborazione dell'Università degli Studi di Siena, l'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica (ADI) e la Toscana Food Association APS.



"Mai come durante questa crisi sanitaria, causata dal Covid-19, è evidente l'importanza della prevenzione – afferma Stefania Saccardi, assessore al diritto alla salute della Regione Toscana – Ridurre i fattori di rischio che possono causare malattie croniche come infarto, ictus, tumori e diabete è un obiettivo di tutto il sistema sanitario regionale. Una sana alimentazione e corretti stili di vita rappresentano una indispensabile opportunità di prevenzione per tutti noi".

Per conoscere i contenuti di Vivo Sano, chiunque può accedere a [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu) e navigare tra le pagine dell'innovativo sito. "La salute è una responsabilità individuale e collettiva – indica Valtere Giovannini, direttore generale dell'Azienda ospedaliero-universitaria senese -. Con Vivo Sano vogliamo rendere accessibili a tutti semplici informazioni e consigli su come vivere in salute, partendo da un'alimentazione varia ed equilibrata e da una corretta attività fisica. Professionisti ed esperti del nostro ospedale daranno indicazioni e raccomandazioni, mettendo le proprie competenze al servizio di tutta la nostra comunità".

Approfondimenti sulle proprietà e i benefici degli alimenti, come contrastare malattie legate ad una alimentazione inadeguata e scorretti stili di vita, come prevenire fattori di rischio attraverso l'attività fisica, all'aperto oppure in casa: sono alcuni dei temi trattati su [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu). Tutti con rigoroso metodo scientifico. "La scienza è la fondamentale via da seguire quando si parla di salute – dice Francesco Frati, rettore dell'Università di Siena. False notizie ogni giorno ci invadono, creando disinformazione e confusione. Con Vivo Sano ogni contenuto si baserà su nozioni rigorose e bibliografie scientifiche. Senza tecnicismi ma con un linguaggio semplice e comprensibile da tutti, condivideremo informazioni e consigli sulla salute che parte dal cibo e dall'esercizio fisico".

Protagonista del progetto è una squadra di professionisti dell'Azienda ospedaliero-universitaria senese e dell'Università di Siena, specializzati in dietetica, nutrizione, alimentazione e medicina dello sport: saranno loro a diffondere, a giorni alterni, indicazioni e consigli su salute, alimentazione e attività motoria. "Si tratta di semplici indicazioni per migliorare lo stato di salute di ciascuno di noi – spiega la dottoressa Barbara Paolini, responsabile del progetto nonché medico dietologo dell'UOSA Dietetica e Nutrizione Clinica dell'Aou senese e coordinatore dei presidenti regionali dell'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione clinica -. Specialmente in questo periodo di isolamento a causa dell'emergenza Covid-19, vivere in salute è diventata un'importante responsabilità individuale. I corretti stili di vita determinano un buono stato di salute. Con Vivo Sano forniremo una guida assai fruibile su sana alimentazione e corretta attività fisica".

Salute e innovazione, un binomio vincente. "Attraverso l'uso del web, dei social, di newsletter vogliamo diffondere in modo capillare l'idea che la salute parte dalla tavola e dall'attività fisica – affermano dalla Toscana Food Association APS -. Oltre un terzo degli Italiani usa internet per reperire informazioni sulla propria salute. Con [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu) troverà contenuti certificati e di grande qualità". Non resta che collegarsi.



Commenti: 0

Ordina per

PUBBLICITÀ

**EURO REPAR**  
CAR SERVICE  
Via Bientina 59/61 55011  
Altopascio (LU)  
Tel.: 0583/216570

**Carroattrezzi**  
348/1558535

**LENZI AUTO**  
Orari di apertura:  
08:30-12:30 14:30-18:30  
Orari di apertura sabato:  
09:00-12:30

CIBI E NATURA

**PALLETTE, MATUFFI AL SUGO DI PECORA**

SPORT

accade oggi – 29 aprile 1966. Il pugile Muhammad Ali (Cassius Clay) viene defraudato del titolo mondiale perché si rifiuta di arruolarsi nell'esercito americano

PUBBLICITÀ

PUBBLICITÀ

SEGUICI SU



Versiliatoday.it / Life Style / Vivo Sano, una piattaforma online con informazioni su sana alimentazione e corretti stili di vita



## Vivo Sano, una piattaforma online con informazioni su sana alimentazione e corretti stili di vita

 facebook

 Twitter

Promossa dall'Azienda ospedaliero universitaria senese, con Regione Toscana, Università degli studi di Siena, Associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica e la Toscana Food Association

Prevenzione, responsabilità, metodo scientifico. Sono i tre pilastri che fanno da fondamenta al progetto Vivo Sano: una innovativa piattaforma online dove i toscani potranno accedere a informazioni certificate sulla sana alimentazione e i corretti stili di vita. Promosso dall'Azienda ospedaliero-universitaria Senese, con la condivisione della Regione Toscana e la collaborazione dell'Università degli Studi di Siena, l'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica (ADI) e la Toscana Food Association APS.

“Mai come durante questa crisi sanitaria, causata dal Covid-19, è evidente l'importanza della prevenzione – afferma Stefania Saccardi, assessore al diritto alla salute della Regione Toscana – Ridurre i fattori di rischio che possono causare malattie croniche come infarto, ictus, tumori e diabete è un obiettivo di tutto il sistema sanitario regionale. Una sana alimentazione e

### LEGGI ANCHE...



#### SALUTE

Covid 19, il Ministero attiva il numero verde di supporto psicologico



#### DA UOMO A UOMO

Il sesso al tempo del coronavirus, 3ª parte. Amanti, single: l'altra faccia[...]



#### ANIMALI

SOS per Teo: è rimasto solo



#### DA UOMO A UOMO

Amore e sesso ai tempi del Coronavirus



#### COMUNE PIETRASANTA

Versiliana, in preparazione il busto di Gabriele d'Annunzio e la Fondazione lavora[...]

### FACEBOOK

Versiliatoday

corretti stili di vita rappresentano una indispensabile opportunità di prevenzione per tutti noi”.

Per conoscere i contenuti di Vivo Sano, chiunque può accedere a [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu) e navigare tra le pagine dell'innovativo sito.

“La salute è una responsabilità individuale e collettiva – indica Valtere Giovannini, direttore generale dell’Azienda ospedaliero-universitaria senese -. Con Vivo Sano vogliamo rendere accessibili a tutti semplici informazioni e consigli su come vivere in salute, partendo da un’alimentazione varia ed equilibrata e da una corretta attività fisica. Professionisti ed

esperti del nostro ospedale daranno indicazioni e raccomandazioni, mettendo le proprie competenze al servizio di tutta la nostra comunità”.

Approfondimenti sulle proprietà e i benefici degli alimenti, come contrastare malattie legate ad una alimentazione inadeguata e scorretti stili di vita, come prevenire fattori di rischio attraverso l’attività fisica, all’aperto oppure in casa: sono alcuni dei temi trattati su [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu). Tutti con rigoroso metodo scientifico. “La scienza è la fondamentale via da seguire quando si parla di salute – dice Francesco Frati, rettore dell’Università di Siena. False notizie ogni giorno ci invadono, creando disinformazione e confusione. Con Vivo Sano ogni contenuto si baserà su nozioni rigorose e bibliografie scientifiche. Senza tecnicismi ma con un linguaggio semplice e comprensibile da tutti, condivideremo informazioni e consigli sulla salute che parte dal cibo e dall’esercizio fisico”.

Protagonista del progetto è una squadra di professionisti dell’Azienda ospedaliero-universitaria senese e dell’Università di Siena, specializzati in dietetica, nutrizione, alimentazione e medicina dello sport: saranno loro a diffondere, a giorni alterni, indicazioni e consigli su salute, alimentazione e attività motoria. “Si tratta di semplici indicazioni per migliorare lo stato di salute di ciascuno di noi – spiega la dottoressa Barbara Paolini, responsabile del progetto nonché medico dietologo dell’UOSA Dietetica e Nutrizione Clinica dell’Aou senese e coordinatore dei presidenti regionali dell’Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione clinica -. Specialmente in questo periodo di isolamento a causa dell’emergenza Covid-19, vivere in salute è diventata un’importante responsabilità individuale. I corretti stili di vita determinano un buono stato di salute. Con Vivo Sano forniremo una guida assai fruibile su sana alimentazione e corretta attività fisica”.

Salute e innovazione, un binomio vincente. “Attraverso l’uso del

web, dei social, di newsletter vogliamo diffondere in modo capillare l'idea che la salute parte dalla tavola e dall'attività fisica – affermano dalla Toscana Food Association APS -. Oltre un terzo degli Italiani usa internet per reperire informazioni sulla propria salute. Con [www.cibum.eu](http://www.cibum.eu) troverà contenuti certificati e di grande qualità". Non resta che collegarsi.

*(Visitato 22 volte, 22 visite oggi)*

🕒 AGGIORNATO IL: 04-05-2020 11:30

👤 VERSILIATODAY REDAZIONE

 facebook

 Twitter

**VERSILIA TODAY**[CHI SIAMO](#)[COPYRIGHT](#)[DISCLAIMER](#)[PRIVACY](#)[COOKIES POLICY](#)  
certified by  


© Versiliatoday.it è una testata giornalistica registrata presso il tribunale di Lucca al n°937 del registro periodici. Anno VI Direttore responsabile: Marco Pomella  
Per la Pubblicità su Versiliatoday