

con il patrocinio di



# 5 APRILE 2024

## EQUILIBRIO SOSTENIBILE TRA SPORT E ALIMENTAZIONE

In collaborazione con lo Staff di Chirurgia Bariatrica  
Con la partecipazione di Pazienti e operatori

### 16.00 CAMMINATA SPORTIVA

NEI GIARDINI DEL SAN MATTEO  
CHECK-IN

Con Fitnesswalk a ritmo di musica con  
cuffie audio e gadget personali.

In caso di maltempo verrà rinviata ad altra data

defaticamento - drink-break  
RESTITUZIONE DELLE CUFFIE

Ritrovo

Aula Magna Camillo Golgi  
Policlinico San Matteo



### Aula Magna Camillo Golgi 18.00 CONVEGNO

Fondazione IRCCS Policlinico San Matteo · SALUTI ISTITUZIONALI

con **Elena LUCCHINI** Assessore alla Famiglia,  
Solidarietà sociale, Disabilità e Pari opportunità

· **RICCARDO CACCIALANZA**

Direttore della SC Dietetica e Nutrizione Clinica  
della Fondazione IRCCS Policlinico San Matteo

· **ANTONIO PAOLI**

Professore Ordinario di Scienze dell'esercizio  
Fisico e dello Sport - Protettore al Benessere e allo  
Sport Università degli Studi Di Padova

· **DIEGO BONGIOVANNI** Chef

· **SARA BELLINZONA** Chef

**Modera Eugenia Pellegrino** Case Manager del percorso  
di Chirurgia Bariatrica Fondazione IRCCS Policlinico San  
Matteo

Dolci, snack salati, bibite  
zuccherate alcool e vino  
con moderazione

Burro grassi animali, salumi  
con moderazione

Carni bianche, carni rosse,  
uova, pesce, legumi  
1 porzione al giorno

Olio di oliva, condimenti vegetali,  
frutta secca  
Tutti i giorni

Latte e latticini  
almeno 2 porzioni al giorno

Cereali, pane, pasta, riso  
3 porzioni al giorno

Verdura e frutta  
5 porzioni al giorno

Acqua e bevande  
1-2 litri al giorno



info e prenotazioni:  
[e.pellegrino@smatteo.pv.it](mailto:e.pellegrino@smatteo.pv.it)



Fondazione IRCCS  
Policlinico San Matteo

Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia