



Una guida per imparare a capire cosa mangiamo

Naturium ospita il dottor Garritano: le scelte giuste iniziano dalle etichette

Lecture ed informazioni reali sulle etichette alimentari e su cosa veramente scegliere quando compriamo un prodotto. Questo il tema del venerdì di “Naturium”, il progetto culturale che, tra le province di Cosenza e Catanzaro, propone seminari e incontri sull'alimentazione sana e naturale. Stavolta sarà **il dottor Francesco Garritano** a relazionare, proponendo una vera e propria guida alle etichettature. Si comincia **venerdì 24 aprile alle ore 18.30, presso il centro commerciale Marconi di Rende (Cs)**. In effetti, se è vero che siamo ciò che mangiamo, allora tutte le informazioni che ci servono sono riportate proprio sulle etichette alimentari... a volte in modo chiaro, altre con indicazioni sommarie. In realtà, alcune note sono obbligatorie e regolamentate per legge, mentre altre sono facoltative o complementari. Il requisito principale dell'etichetta, in ogni caso, è sempre quello di informare il consumatore sulle reali caratteristiche del prodotto, al fine di orientarne al meglio la scelta commerciale. In tutto questo complesso scenario è sicuramente utilissima una guida per orientarsi. Ed è questo il lavoro che presenterà il dottor Garritano che, dall'alto della sua riconosciuta e consolidata esperienza, analizzerà una vasta casistica di riferimento, consigliando **come e dove indirizzare la propria attenzione per effettuare scelte mirate e consapevoli.**