



Data	25 Novembre 2005
Testata	www.cybermed.it
Periodicità	Portale tematico
Città	Roma

**Dammi il 5!** è l'occasione per imparare a nutrirsi in modo sano e corretto e per conoscere il principio dei "cinque colori del benessere", una regola semplice da seguire che invita a mangiare ogni giorno 5 porzioni di frutta e verdura assortite nelle diverse colorazioni di riferimento (rosso, bianco, blu/viola, giallo/arancio).

Il Prof. **Carlo Cannella**, Direttore dell'Istituto di Scienza dell'alimentazione dell'Università "La Sapienza" di Roma, condurrà una serie di mini-lezioni in cui fornirà utili consigli sull'importanza del consumo di frutta e verdura per prevenire numerose malattie, per potenziare le difese per l'organismo e per mantenerci in forma in modo naturale.

L'iniziativa è affiancata dal **3° Concorso Nazionale L'Arte dell'Intaglio e 1° Concorso Internazionale**, organizzato dall' *Associazione Cuochi di Treviso* con la collaborazione dell'Unione Cuochi Regione Veneto e con il patrocinio della Federazione Italiana Cuochi, che si articolerà in un'esposizione lungo le vie del centro storico di Treviso.

La campagna triennale "Nutritevi dei colori della vita", partita nel giugno 2004, è finalizzata a promuovere il consumo dei prodotti ortofrutticoli freschi per una sana e corretta alimentazione soprattutto tra le fasce di età più giovani e tra le famiglie, mettendo in evidenza e facendo risaltare i caratteri tipici di "freschezza" e "naturalità" della frutta e degli ortaggi.

La campagna promossa da UNAPROA (Unione Nazionale tra le Organizzazioni di Produttori Ortofrutticoli, Agrumari e di Frutta in Guscio), con la collaborazione scientifica dell'Istituto di Scienza dell'alimentazione dell'Università "La Sapienza" di Roma, è cofinanziata dalla Comunità Europea e dallo Stato Italiano.