

I NUOVI GRANI ANTICHI

*I giusti farinacei
per il nostro Benessere*

RICCIONE

25 OTTOBRE 2025

dalle 09,00 alle 17,00

Hotel Boemia

via Antonio Gramsci 87

RELATORI:

DOTT. PIETRO VICENTI

Medico Chirurgo

Specialista in Farmacologia, Nutrizione
e Medicina Sistemica. Presidente AIMES

DOTT.ssa ANNALISA GHIGLIA

Biologa nutrizionista PhD

specializzata in Patologia clinica.
Esperta in Medicina Sistemica

CON LA COLLABORAZIONE DEL:

DOTT. AMEDEO GRAPPI

Mulino Val D'Orcia, terza generazione di
agricoltori della Val d'Orcia, laureato in Agraria
all'Università di Firenze, da subito si dedica ad
approfondire gli aspetti della trasformazione
in Farine e Pasta dei Cereali di Varietà Antiche
coltivati in proprio: peraltro già presenti in
azienda grazie al padre Luchino dal 1992

**Laboratori
Legren**

Scienza, qualità, persone



CON IL PATROCINIO DI



AIMES
ASSOCIAZIONE ITALIANA
MEDICINA SISTEMICA

I NUOVI GRANI ANTICHI

I giusti farinacei per il nostro Benessere

Nella nostra cultura, i farinacei occupano un ruolo centrale con un impatto significativo sulla salute metabolica.

Per uno stato duraturo di benessere è fondamentale conoscere ciò che portiamo a tavola ogni giorno.

Una scelta alimentare consapevole può prevenire l'infiammazione cronica di basso grado, che da focale intestinale può evolvere in sistemica.

Quali farine scegliere per tutelare il nostro organismo? Come evitare i rischi legati a grani moderni e lavorazioni industriali? In questo seminario, scopriremo i legami tra farine raffinate, permeabilità intestinale e malattie autoimmuni.

Approfondiremo l'importanza di quegli alimenti con un basso impatto infiammatorio, di quelli trasformati artigianalmente ed infine di quelli ricchi di micronutrienti, per costruire così una dieta salutare e "terapeutica".

Un'occasione unica per apprendere come orientarsi verso cereali tradizionali, locali e tracciabili, grazie a dati scientifici e pratici strumenti per un'alimentazione consapevole.

PROGRAMMA

08.30 – 09.00 *Registrazione partecipanti*

09.00 – 09.30

LA CULTURA DEI CEREALI

09.30 – 10.30

RUOLO DEI FARINACEI NEL METABOLISMO DI REGOLAZIONE DELL'INFIAMMAZIONE SISTEMICA

10.30 – 11.00

FARINACEI MICROBIOTA PERMEABILITÀ INTESTINALE

11.00 – 11.30 *Coffee Break*

11.30 – 13.00

PERCHÉ I GRANI ANTICHI

13.00 – 14.30 *Pausa Pranzo*

14.30 – 16.30

SINERGIE CURATIVE CIBO-NUTRIENTI - FITONUTRACEUTICI - PROTOCOLLI DI TERAPIA

16.30 – 17.00

Conclusioni e discussione

Evento gratuito con prenotazione obbligatoria

RESPONSABILE DIDATTICA

Cristina Serra 338 1530558

SEGRETARIA ORGANIZZATIVA

Marcello Maestrale 331 7176463