

“Gli Influencer Aiutano Nella Diffusione Di Un Regime Alimentare Sano”. Dice Anna Maria Cascone (OP Alma Seges)



Continua con grande successo e apprezzamento 'Fruit and Salad Smart Games', il format didattico-formativo che promuove il consumo di ortofrutta promosso dalle **organizzazioni di produttori Alma Seges, A.O.A., Arcadia e Terra Orti**.

Il progetto vede la partecipazione alle video-interviste talk di esperti provenienti dal campo dell'alimentazione, medico, agronomico, ambientale, sportivo, gastronomico.

In occasione della quarta puntata intitolata **"La frutta in cucina"**, è intervenuta in rappresentanza dei promotori del progetto, la **Vice Presidente della OP Alma Seges, Annamaria Cascone**.

“Negli ultimi anni è cambiato tantissimo il modo di consumare frutta e verdura – ha esordito **Anna Maria Cascone** -. La mia generazione aveva l'abitudine costante di consumare frutta e verdura a tavola, e oggi, grazie all'apporto degli influencer, che sui social postano ciò che mangiano giornalmente, consumando prettamente alimenti salutari, siamo supportati nella diffusione del messaggio che è fondamentale adottare un regime alimentare sano, dove nella fattispecie, frutta e verdura la fanno da padroni.”

“Dunque noi agricoltori, conclude la Vice Presidente di Alma Seges – chiediamo a voi influencer di aiutarci a diffondere il messaggio di sensibilizzazione al consumo di frutta e verdura postando sui social le foto di questi alimenti sottolineandone tutti i benefici.”

Ospiti della settima puntata di 'Fruit and Salad Smart Games' intitolata **"La Rucola"**, saranno il **Presidente del Consorzio di Tutela della Rucola della Piana del Sele IGP Vito Busillo** il quale parlerà dei metodi di coltivazione della rucola e lo **chef Vitale Torsiello** che spiegherà come utilizzarla in più piatti.

L'ottava puntata dal titolo **"L'apporto di ferro di frutta e verdura"**, vedrà la partecipazione del **nutrizionista Emanuele Alfano** e dell'**agronomo Andrea Esposito** i quali spiegheranno qual è la frutta e la verdura contenente più ferro.

L'**Erborista Simona Otranto** e la **Dottorssa in Scienze Ambientali Rosa Ferro**, saranno le ospiti della nona puntata intitolata **"Consigli per un'alimentazione sostenibile"** e illustreranno come recuperare parti di ortaggi e utilizzarli per le loro proprietà.