

SABATO 31 GENNAIO: LE ARANCE DELLA SALUTE AIRC

Se scegli le arance rosse, diventiamo tutti più forti

Appuntamento in oltre 2000 piazze e 700 scuole con i volontari di AIRC.

Con 8 euro "fai il pieno" di salute e sostieni la ricerca sul cancro.

Sabato 31 gennaio AIRC rinnova l'appuntamento con le "Arance della Salute": come ormai tradizione la reticella contenente 3 chili di arance rosse, donate dalla Regione Siciliana, sarà offerta a fronte di un contributo di 8 euro.

Perché continuare a parlare di buona alimentazione?

Perché **la ricerca ha dimostrato che possiamo prevenire 3 casi di tumore su 10 facendo attenzione agli alimenti che mettiamo nel piatto.** Non solo: la ricerca ha scoperto quali sono le sostanze contenute nei diversi cibi che offrono protezione contro le malattie tumorali e attraverso quale meccanismo. Gli studi di laboratorio confermano quanto la natura e in particolare i cibi vegetali sono ricchissimi di molecole dalle proprietà anti-tumorali estremamente efficaci nel contrastare l'insorgenza della malattia senza causare effetti collaterali devastanti. Ecco perché **AIRC ha scelto, per la sua prima iniziativa dell'anno, l'Arancia Rossa di Sicilia, ricca di antociani e di vitamina C, come simbolo della prevenzione alimentare contro il cancro.**

Insieme alle "Arance della Salute", i volontari distribuiranno nelle piazze la pubblicazione speciale **La prevenzione in cucina** con le indicazioni dei nostri esperti su uno stile di vita sano e una dieta varia e **10 ricette**, realizzate per AIRC da "La Cucina Italiana", per preparare un gustoso e salutare menù anti-cancro.

Anche il mondo della scuola si schiera con AIRC: **venerdì 30 gennaio in 700 scuole** studenti, insegnanti e genitori distribuiranno le reticelle di arance per sostenere la ricerca sul cancro e condividere l'importanza di scegliere sin da giovani un'alimentazione corretta.

PER TROVARE LE ARANCE DELLA SALUTE:

NUMERO SPECIALE 840 001 001 (*) - SITO www.airc.it

TUTTI I NUMERI de LE ARANCE DELLA SALUTE

8 euro il contributo richiesto

3 kg le arance contenute in una reticella

437.346 le reticelle di arance

20.000 volontari

2.060 piazze

713 scuole

840 001 001 il numero telefonico per trovare le arance

3, 5 milioni di euro l'obiettivo di questa giornata