

Radio 24 **Live:**

MELOG, la realtà condivisa
Gianluca Nicoletti

home | programmi | podcast | archivio | frequenze | palinsesto | chi siamo |

le passioni si sentono

Essere e Benessere
Nicoletta Carbone



Nicoletta Carbone: giornalista, laureata in scienze politiche con indirizzo sociologico, ha un'intensa esperienza di giornalismo divulgativo e scientifico. Ha collaborato a settimanali, mensili e programmi radiofonici con rubriche di alimentazione, benessere e medicina. Ha curato con medici e nutrizionisti la realizzazione di appuntamenti e corsi su temi relativi allo stile alimentare. Consulente di progetti editoriali per case editrici scientifiche, dal 1999 ha collaborato all'ideazione e alla stesura di testi per il programma Essere e Benessere, di cui è diventata anche conduttrice nel 2005.

in palinsesto:

Lun-Ven - 11:05

01-11-2012

Mangia con me 2 – Lo spuntino

A Essere e benessere torna l'appuntamento con Mangia con me, il reality radiofonico di Radio 24 per imparare a star bene nutrendosi meglio. Un appuntamento settimanale che accompagna gli ascoltatori in un percorso attraverso i cibi, i sapori, le caratteristiche nutrizionali, il gusto, i momenti della giornata e lo stile di vita. Quarta protagonista della seconda edizione del reality è Loredana, 48 anni che vuole dire addio alla sua pancetta causa forse di un po' troppi spuntini. Nicoletta Carbone ne parla con il *dott. Filippo Ongaro*, Vice-Presidente Associazione Medici Italiani Anti-Aging (AM IA), il *prof. Stefano Tirelli*, docente di tecniche complementari sportive alla facoltà di scienze motorie dell'Università Cattolica di Milano, Stefano Polato, chef e il *prof. Andrea Segre* dell'Università di Bologna Presidente Last Minute Market e autore di "Cucinare senza sprechi", Ponte alle Grazie.



In chiusura segnaliamo l'appuntamento con la V edizione Conferenza internazionale organizzata da Women&Technologies perchè il tema dell'edizione 2012 è e-Nutrition. Ne parliamo con l'ideatrice *dott.ssa Gianna Martinengo*. Per saperne di più: www.womentech.info



MANGIA CON ME
PER MIGLIORARE LA TUA SALUTE
di Nicoletta Carbone

IL REALITY di Radio24
[Compila subito il questionario](#)

Riascolta:

- 01-11-2012
▶ Mangia con me 2 – Lo spuntino
- 31-10-2012
▶ Avanti circolare!
- 30-10-2012
▶ Il make up
- 29-10-2012
▶ Ci vuole fegato

archivio scrivici

il programma



[DAILY LAB - I consigli quotidiani sul benessere](#)



[DAILY LAB - La ricerca che ci aiuta a vivere meglio - Prof. Remuzzi](#)

La trasmissione di Radio 24 dedicata alla salute cambia ed allarga i suoi orizzonti, per raccontare ogni giorno tanti modi per vivere meglio. In ogni puntata esploreremo assieme aspetti e modalità differenti per raggiungere l'obiettivo, vi forniremo spunti ed esempi per capire meglio e per scegliere la vostra strada. Il benessere psico-fisico, l'alimentazione, l'attività fisica, la prevenzione e gli stili di vita, il benessere, le scoperte della scienza, le testimonianze degli ascoltatori.