



CUCINA E SALUTE

Nell'ambito delle attività di prevenzione la LILT organizza corsi di alimentazione e cucina preventiva e curativa che si riferiscono alle più avanzate evidenze scientifiche che correlano la salute alle scelte alimentari.



5 incontri settimanali: 2 teorici, 3 pratici con cena inclusa

Programma

22 febbraio ore 18.30 - 20.00

Presentazione del corso.

Principi alimentari: cosa mangiamo e perché.

1 marzo ore 18.30 - 21.00

Cucina pratica e cena insieme.

8 marzo ore 18.30 - 20.00

Alimentazione, malattie oncologiche e sindrome metabolica.

15 marzo ore 18.30 - 21.00

Cucina pratica e cena insieme.

22 marzo ore 18.30 - 21.00

Domande e risposte, conclusioni del percorso.

Cucina pratica e cena insieme.

contributo per
la partecipazione
al corso:

100 €

**Gli incontri saranno condotti dalla dr.ssa Ornella Calesso
Laureata in Scienze della Comunicazione e Consulente
Alimentare, Referente LILT per l'alimentazione.**



Il corso si svolgerà presso BIOSAPORI Villorba.
Viale della Repubblica, 44 - Tel. 0422 693083

Per informazioni
e iscrizioni:

0422 321855

340 5425858