

LEGAMBIENTE e WWF in collaborazione con Casa per l'Ambiente
Organizzano

CORSO DI ALIMENTAZIONE NATURALE

UNA DIETA SANA FA BENE ALL'AMBIENTE!

Quattro incontri i venerdì 6, 13, 20 e 27 Marzo 2015

dalle 18.00 alle 20.00

alla Casa per l'Ambiente - via Panoramica n. 24
Parco della Chiusa - Casalecchio di Reno (BO)



a cura di **Erica Geminiani, Farmacista** - **Michele Vignodelli, Botanico**

Per informazioni e iscrizioni: ericagemini@libero.it, 3397125399

Costo **40 euro** comprensivo di tessera associativa **LEGAMBIENTE** o **WWF**

!! Al termine del corso organizzeremo insieme una cena con menù a tema!!

Programma:

**Cosa mettiamo nel piatto? Abitudini alimentari, carrello della spesa, come leggere le etichette
Valore nutritivo degli alimenti e stagionalità dei prodotti ortofrutticoli**

**Sostenibilità degli alimenti: prodotti a km 0, biodiversità gastronomica presente sul territorio
Che il cibo sia la tua medicina: allergie, intolleranze alimentari, prevenzione malattie croniche**

●● Per tutti i partecipanti dispense con consigli alimentari, ricette sane e gustose! ●●