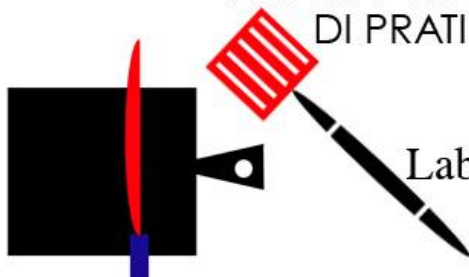


Aurisina CAVE NOVE

AAS1 SAR DSM IN COLLABORAZIONE CON CLU F.BASAGLIA
ORGANIZZA

DALL'ORTO DI AURISINA DIRETTAMENTE IN CUCINA

ATTIVITA' RELATIVE ALL'ACQUISIZIONE
DI PRATICHE E DI STILI DI VITA
SANI

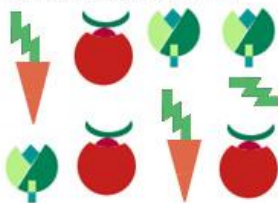


Laboratorio di cucina sana e consapevole

scoprire i principi e i valori nutrizionali degli alimenti
imparare a costruire menù sani ed equilibrati che facciano stare bene
preparare cibo sano e genuino usando i prodotti dell'orto di stagione
il laboratorio si svolgerà dalle ore 11 alle 14 per 5 giorni a settimana

2 settimane da martedì a sabato e 2 da mercoledì a domenica

docente jan micheli cuoco diplomato al "corso superiore di cucina italiana" della scuola ALMA e specializzato in tecniche per ristorazione e valorizzazione dei prodotti tipici del territorio



Laboratorio orticoltori urbani

scoprire come lavorare la terra per la preparazione dell'orto
partecipare alla raccolta di erbe spontanee per la preparazione di cibi e tisane
imparare a coltivare la verdura di stagione

il laboratorio si svolgerà dalle ore 9 alle 12 per 5 giorni a settimana

2 settimane da martedì a sabato e 2 da mercoledì a domenica

docente francesca bottai esperta in orticoltura, specializzata in produzione e coltivazione di orti biologici e docente del corso di tecniche di coltivazione per lo sviluppo di orti biologici

A partire da maggio si organizzeranno delle settimane benessere allo scopo di vivere a stretto contatto con il territorio e beneficiare dei prodotti stagionali

I LABORATORI SI SVOLGERANNO PRESSO

Aurisina CAVE NOVE

INAUGURAZIONE E PRESENTAZIONE DEL PROGETTO

22 MARZO 2016 ORE 15

Azienda per l'Assistenza Sanitaria (N°1) **triestina**

CLU

INFO MORENA FURLAN 040 3997306 morena.furlan@aas1.sanita.fvg.it LUISA RUSSO 335 7299214 russol@clufbasaglia.it
ROBERTO COLAPIETRO 040 3997340 roberto.colapietro@aas1.sanita.fvg.it GIOVANNA BLASI sap@clufbasaglia.it