



associazione
prevenzione
informazione
oncologica

PROGETTO PREVENZIONE

La Prevenzione a Tavola

**incontri teorico-pratici
per imparare
ad alimentarsi meglio**

*Un'alimentazione sana
aiuta a prevenire diabete, obesità,
malattie cardiache, oncologiche
ed autoimmuni.*

*Un'alimentazione sana
é possibile, economica,
gratificante e creativa,
migliora la salute e la qualità della vita,
riduce gli sprechi e valorizza
le colture locali*

Una via verso la salute i cibi che aiutano a prevenire

Informazioni e iscrizioni: segreteria APIO

lun 10.00-12.00 / mar 16.00-18.00

Tel. 041 5938768 - info@apio.it

segui le iniziative sul sito www.apio.it



CENTROMARCA BANCA
credito cooperativo

sostenitore del progetto APIO



associazione
prevenzione
informazione
oncologica

PROGETTO PREVENZIONE

calendario degli 8 incontri

Martedì 3 novembre 2015 - ore 20.30

Serata introduttiva con la dott. ssa Michela Trevisan

Biologa, specialista in scienza dell'alimentazione, nutrizionisti per l'ambiente

Una via verso la salute: "I cibi che aiutano a prevenire"

Sala convegni CentroMarca Banca - via Selvatico 2 - Treviso

ingresso libero aperto a tutti

Laboratori cucina 2015

Domenica 8 novembre - dalle 9 alle 13.30

Pane e impasti lievitati

Condotto da: **Elena Moro** - cuoca di cucina naturale

Sede: fattoria didattica RIO Selva da Bruno Moro - Preganziol

con iscrizione - Max 15 persone - Contributo: 10 € soci CMBanca - 12 € non soci CMBanca

Mercoledì 18 novembre - dalle 18.30 alle 22.30

Mercoledì 2 dicembre - dalle 18.30 alle 22.30

La cucina delle feste piatti tradizionali rivisitati e piatti alternativi

Condotti da: **Luigina Pesce** - cuoca di cucina tradizionale e naturale

Sede: Conscio presso la cucina del circolo NOI

con iscrizione - Max 15 persone - Contributo 2 laboratori: 30 € soci CMBanca - 35 € non soci CMBanca

Laboratori cucina 2016

Lunedì 18 gennaio - dalle 18,30 alle 22.30

cereali con e senza glutine

Lunedì 8 febbraio - dalle 18,30 alle 22.30

Le proteine vegetali (legumi, tofu, seitan, ecc.)

Lunedì 22 febbraio - dalle 18,30 alle 22.30

Le verdure e la frutta

Lunedì 14 marzo - dalle 18,30 alle 22.30

Il mondo del dolce

Condotti da: **Silvia Cappellazzo** - Naturopata, chef e insegnante di cucina naturale

Sede: Conscio - presso la cucina del Circolo Noi

con iscrizione - Max 12 persone - Contributo 4 laboratori: 80 € soci CMBanca - 90 € non soci CMBanca

Alla fine di tutti i laboratori si cena insieme

I corsi saranno ripetuti in base al numero delle iscrizioni