

CORSI 2014-2015

Apertura corsi 2014/2015 con la partecipazione alla festa del "Parco delle cave" il **20** e **21 settembre**

Corso base teorico-pratico

GENNAIO/FEBBRAIO 2015:

Mercoledì 21 gennaio
(*principi nutritivi*)

Mercoledì 28 gennaio
(*diario alimentare e lettura etichette*)

Mercoledì 04 febbraio
(*spesa simulata al supermercato*)

Giovedì 12 febbraio
(*laboratorio di cucina*)

Dalle ore **16.30** alle ore **18,00**
oppure dalle ore **18,30** alle ore **20,00**.

Lo stesso corso base teorico-pratico si terrà ogni mercoledì del mese con un numero minimo di 8 partecipanti.

Laboratori di Cucina con Educazione Alimentare

- **21 FEBBRAIO 2015**

LA PANIFICAZIONE

- **5 MARZO 2015**

LA CUCINA VEGANA E
LATTO-OVO VEGETARIANA

- **19 MARZO 2015**

COME PREVENIRE I TUMORI A
TAVOLA

- **23 APRILE 2015**

LA CUCINA PER LE INTOLLERANZE
(lattosio, glutine, lieviti...)

- **21 MAGGIO 2015**

LA CUCINA PER LA MENTE

Dalle ore **18,00** alle ore **20,30**.

Le date potranno subire variazioni in base alle esigenze dei partecipanti.

*I CORSI SONO GRATUITI PREVIO
TESSERAMENTO*

LA QUOTA DELLA TESSERA E' DI

€25 PER GLI ADULTI

*€10 PER BAMBINI e RAGAZZI FINO A 18
ANNI E PER GLI OVER 60*

OCCASIONE D'INCONTRO

**-Giorno 6 febbraio h. 17.30 un tè
assieme per festeggiare il 4^o anno
di vita dell'associazione per
l'occasione la presentazione della
Storia dell'alimentazione**

**-Visita alla mostra "cibo & arte" al
museo Martinengo in data da
definirsi.**

**-Incontri con esperti da
calendarizzarsi**

HAPPY FOOD

La parte teorica dei corsi si terrà
in **Rua Confettora, 29**

I laboratori di cucina in **Via
Cimabue** c/o mensa per gli
anziani

Tel: 366 3582555

www.happyfoodeducation.it

www.facebook.com/happyfoodbrescia

Dalle ore 18,00 alle ore 20,30.



La Nuova Tessera 2015 di HAPPY FOOD da
diritto a:

- *Un Corso base teorico-pratico gratuito di educazione alimentare anche per intolleranti (con contributo spese di €10)*
- *Un Corso gratuito di laboratorio di cucina (con contributo spese di €15)*
- *Sconto dal 5% al 10% presso :*
 - ✓ "Il Piacere" pizzeria (anche senza glutine) in viale Piave, Brescia
 - ✓ "Pollicino", fast-food biologico, Rezzato (vicino all'ex Continente)
 - ✓ Fattoria Paradello, Armonia Verde, Sempre verde presso il mercatino del biologico alla Cascina Maggia.
- *Costo agevolato su Consulenze professionali per problemi alimentari e di intolleranze con la nutrizionista.*
- *Costo agevolato sulle gite organizzate dall'Associazione.*
- *Consulenza gratuita telefonica per una corretta lettura delle etichette.*
- *Una Spesa Guidata gratuita di 20 minuti da effettuare c/o COOP di via Mantova.*
- *Consulenza medica agevolata in casi di intolleranza alimentare.*
- *Forneria "VOGLIA DI PANE" DI Guerini Armando Via Duccon13*
- *Ecodental Centro Dentistico Via Allegri 37 Brescia*



**CENTRO DI EDUCAZIONE
ALIMENTARE PERMANENTE**

**LA SALUTE NEL PIATTO
CON LA BUONA CUCINA**

**è un'associazione no profit, che
coniuga la salute e
il benessere con il buon cibo e
desidera trasmettere le proprie
competenze attraverso attività teorico-
pratiche e ludiche, realizzate mediante
corsi, laboratori di cucina e incontri
con esperti.**

