

## CORSI 2016-2017

Apertura ufficiale: **7 settembre**

Ore **17.00** vi aspettiamo per un salutare **happy hour...**

Seguirà:

### CORSO BASE TEORICO-PRATICO

**Mercoledì 7 Settembre**  
(principi nutritivi e diario alimentare)

**Mercoledì 14 Settembre**  
(lettura etichette)

**Mercoledì 21 Settembre**  
(laboratorio di cucina)

I corsi si terranno dalle ore **18,30** alle ore **20,30** con un numero minimo di **6 partecipanti** presso:

i teorici nella sala riunioni della Congrega della Carità Apostolica in **Rua Confettora, 29** (sede dell'associazione),

i laboratori di cucina: c/o le cucine del Centro diurno di **Via Cimabue, San Polo (Bs)**

Le date e gli orari potranno subire variazioni in base alle esigenze della maggior parte dei partecipanti.

### L'INGLESE IN CUCINA

A CURA DELLA CHEF **DANIELA LEONE**  
ESPERTA DI CUCINA NATURALE

Il corso modulare si terrà i mercoledì **5, 12, 19, 26 OTTOBRE**

Il corso si terrà presso e cucine del centro diurno di via Cimabue, 16

### NUTRIAMO E ALLENIAMO LA MENTE

a cura della psicologa  
**VALERIA MILONE** dell'area  
NEUROPSICOLOGIA

Il corso modulare si terrà i mercoledì **11, 18, 25 gennaio** e il **1 febbraio**  
c/o la sede in Rua Confettora, 29 Brescia

### IL CIBO E LA SUA STORIA

A CURA DELLA **DOTT.ssa in FILOSOFIA**  
**ROBERTA GALATA'**

l'incontro si terrà  
**mercoledì 29 marzo**  
c/o la sede dell'associazione  
in **Rua Confettora, 29 Brescia**

### LABORATORI DI CUCINA CON EDUCAZIONE ALIMENTARE

**Mercoledì 23 Novembre 2016**

LA PANIFICAZIONE

**Mercoledì 22 Febbraio 2017**

BAMBINI IN CUCINA

**Mercoledì 12 Marzo 2017**

LA CUCINA VEGANA VEGETARIANA

**Mercoledì 12 Aprile 2017**

GESTIRE LE INTOLLERANZE ALIMENTARI

**Mercoledì 10 Maggio 2017**

LA PASTICCERIA NATURALE

### OCCASIONI D'INCONTRO

Visite a mostre e viaggi  
da calendarizzare



## HAPPY FOOD

Via Rua Confettora, 29 BS

Tel: 366 3582555



[happyfoodeducation@libero.it](mailto:happyfoodeducation@libero.it)



[www.happyfoodeducation.it](http://www.happyfoodeducation.it)



happyfoodbrescia

con il patrocinio  
Comune di Brescia  
Assessorato alla Famiglia  
alla Persona e ai Servizi Sociali



## La tessera 2017 di HAPPY FOOD

Va dagli 8€ ai 25 € e da diritto a:

- *Un corso base*  
*(con contributo spese di €10)*
- *Un laboratorio di cucina*  
*(con contributo spese di €15)*
- *Corso di 4 incontri con esperti*  
*(Inglese in cucina ecc. €50)*
- **Sconto dal 5% al 10%** presso :
- *Forneria "VOGLIA DI PANE" DI Guerini*  
*Armando Via Ducco n.13*
- *BiolandMarket, via Orzinuovi, 85 Bs*
- *"Il Piacere" pizzeria (anche senza glutine)*  
*in viale Piave, Brescia*
- *"Pollicino", fast-food biologico, Rezzato*  
*(vicino all'ex Continente)*
- *"Le Sfuse" prodotti biologici sfusi*  
*Via San Faustino, 7 (10% ogni 15€)*
- *"L'albero della vita", Erboristeria*  
*di viale del Piave, 87 Brescia*
- *Farmacia "Spedali Civili" V. Einaudi*
- *Consulenza gratuita telefonica per una*  
*corretta lettura delle etichette.*
- *Una Spesa Guidata gratuita di 20 minuti da*  
*effettuare c/o COOP di via Mantova.*
- *Costo agevolato su: consulenze professionali*  
*con la nutrizionista,*
- *consulenza medica di medicina funzionale,*  
*omeopatica e idrocolon terapia agevolata*
- *consulenza psicologica, neuropsicologica e*  
*training*
- *Costo agevolato sulle gite, mostre e viaggi*  
*organizzati dall' Associazione*



## CENTRO DI EDUCAZIONE ALIMENTARE PERMANENTE

## CORSI TEORICO-PRATICI PER TUTTI

## LA SALUTE NEL PIATTO CON LA BUONA CUCINA

*e' 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 ed  
incontri con esperti*