

# [ Conosci il tuo cibo! ]



## INCONTRI / LABORATORI

### INTORNO AL CONSUMO CONSAPEVOLE E ALLA RESILIENZA DEL CIBO

**[ 19 aprile 2013 • ore 21.00 ] - SERMIDE**

presso Centro di educazione ambientale "La Teleferica"

**Impariamo a leggere l'etichetta**

relatore DIEGO BELTRAMI, tecnologo alimentare

*Questa lezione vi fornirà gli strumenti per avere un approccio più consapevole all'acquisto dei cibi*

**[ 20 aprile 2013 • ore 15.30 ] - SERMIDE** presso Supermercato Coop

**Leggiamo le etichette al supermercato**

con PAOLA DI MARCO, referente Educazione al Consumo Consapevole di Coop Consumatori Nordest

ingresso  
gratuito



**[ 12 maggio 2013 • ore 10.00 ] - SAN BENEDETTO PO**

presso Sagra dell'Asparago di San Benedetto Po

**Viaggio dell'acqua dalla fonte alla bottiglia**

Laboratorio ludico-didattico sull'acqua dedicato ai bambini

con PAOLA DI MARCO, referente Educazione al Consumo Consapevole di Coop Consumatori Nordest

ingresso  
gratuito

**[ 9 - 16 e 23 maggio 2013 • ore 21.00 ] - SUZZARA**

in collaborazione con Ass. Sophia • presso Coop. CHV di Suzzara, via Democrito

**Corso di cucina sugli avanzi del cibo**

docente FIORENZA NOSARI, chef di Agriturismo Corte Sabbioni - Riva di Suzzara

*Questo corso, in 3 lezioni, vi insegna a non buttare niente in cucina rielaborando gli avanzi di cibo.*

  
Sophia  
Associazione Culturale

costo di  
3 lezioni  
€ 30



**[ 30 maggio 2013 • ore 21.00 ] - VIADANA**

presso Galleria Virgili, 4

**Corso di orticoltura**

relatore GIULIO BENATTI, formatore, ortolano esperto

ingresso  
gratuito



#### Informazioni e iscrizioni

REFERENTI SLOW FOOD BASSO MANTOVANO

Massimo > t. 329 3176082, massimo.truzzi@slowfoodbassomantovano.it

Alessio > t. 328 5729209, alessio.iori@slowfoodbassomantovano.it

REFERENTE COOP CONSUMATORI NORDEST

Paolo Rinoldi > t. 393 9253870, paolo.rinoldi.pr@gmail.com