

Il benessere in Cucina

IL CIBO, DALL'AGRICOLTURA ALLA TAVOLA

Durante l'emergenza sanitaria la vita delle persone è cambiata. Ma come è cambiato il rapporto con il cibo durante la pandemia? Dagli assalti ai supermercati, passando per la spesa online e poi per il sostegno alle botteghe di quartiere, le abitudini alimentari sono cambiate più volte. Così gli italiani, tra i primi sostenitori in Europa dei "cibi freschissimi", si sono ritrovati ad acquistare in massa farina, carne in scatola, legumi secchi e lievito di birra.

Il ciclo di incontri "Il benessere in Cucina" si pone l'obiettivo di stimolare, con il contributo attivo della popolazione anziana, una riflessione consapevole sulle tematiche legate all'alimentazione, sull'origine e la stagionalità dei cibi, sulla loro qualità e sulla necessità di porre rimedio al diffondersi di informazioni non corrette in materia, sul diretto legame fra agricoltura e cibo.

L'iniziativa vuole anche valorizzare le esperienze e il patrimonio umano che gli anziani sono in grado di trasmettere, rivalutare la loro maturità creativa e la capacità di essere una risorsa per la stessa comunità. Un'occasione per segnalare la loro disponibilità a entrare in contatto con le nuove generazioni per ricercare insieme valori e filosofie di uno stile di vita più sostenibile.

Buone abitudini per una sana alimentazione



**GLI INCONTRI SI SVOLGERANNO DAL 24 MARZO AL 19 MAGGIO 2022
DALLE 14.15 ALLE 16.15 A PREGNANA MILANESE E A VANZAGO**

Il progetto prevede anche alcune iniziative da tenersi all'esterno del territorio dei due comuni. Di queste, luogo di ritrovo e orario delle uscite saranno comunicati per tempo ai partecipanti.

Per informazioni:

**02 9396 7210-7212 oppure protocollo@comune.pregnana.mi.it (Pregnana)
02 9396 2226 oppure servizisociali@comune.vanzago.mi.it (Vanzago)**

**GLI INCONTRI SI SVOLGERANNO NEL RISPETTO DELLA NORMATIVA ANTI COVID-19
VIGENTE ALLA DATA DEI SINGOLI APPUNTAMENTI**

Un progetto di



con il contributo di



e il supporto di



In collaborazione con



con il patrocinio di

