

CAMBIO IN MEGLIO *praticare stili di vita sostenibili*

“CIBO PER TUTTI”

dal non spreco alla convivialità, un modo concreto
per condividere e sperimentare che lo stile
della nostra vita parte dai piccoli gesti quotidiani



Mangiare



il melograno
EMPORIO DELLA SOLIDARIETÀ

I LABORATORI *dell'economia solidale*

CORSO DI CUCINA **Pane, pasta e avanzi**

*Pietanze quotidiane dal mondo e strategie
del non spreco in cucina*

MERCOLEDÌ 14 OTTOBRE, 14.00-16.00: “Pane e pasta fatti in casa”

MERCOLEDÌ 21 OTTOBRE, 14.00-16.00: “La cucina del riuso”

**MERCOLEDÌ 28 OTTOBRE, 14.00-16.00: “I piatti tradizionali
della cucina araba”**

a cura di Patrizia Barbolini, socia del Circolo Culturale Artemisia ed
esperta di cucina.

Per chi ne ha necessità, durante le lezioni è previsto un servizio di
intrattenimento per bambini con giochi e letture a cura dei volontari.

È gradita l'iscrizione tramite email o telefonica.

I CANTIERI *dell'economia solidale*

MERCOLEDÌ 4 NOVEMBRE, 19.00-21.30

La spesa essenziale: consigli per gli acquisti a cura di
Marco Montanari - Nutrizionista

Conversazione su come mangiare bene a partire da una spesa
equilibrata e conveniente.

L'incontro sarà preceduto da una degustazione a buffet.

SABATO 28 NOVEMBRE, dalle 20.00, presso il Centro di
quartiere del Parco Amico di Braida

L'economia delle relazioni

A tavola insieme

Un momento di incontro e condivisione dove ritrovarsi per cena
con un buffet composto dalle delizie che ciascun partecipante
vorrà portare.

Le iniziative si articolano in laboratori, momento pratico dove fare esperienza del tema, e cantieri, in cui poter
approfondire in modo più teorico la precedente esperienza. Tutti gli incontri sono pensati e proposti dai volontari
della rete di progetto e sviluppati da esperti del settore

TUTTE LE INIZIATIVE SONO AD INGRESSO GRATUITO

Gli incontri si propongono come tappe
di un percorso attraverso i significati del
cibo e del suo consumo, ma è possibile
la partecipazione anche ad un singolo
evento

**Le lezioni di cucina e il
dibattito si terranno
presso Il Melograno,**

Via San Simone 6 – Sassuolo (MO)

Per info e iscrizioni:

Il Melograno

info@emporiomelograno.it

tel. 0536 1750990

Si ringraziano tutti i volontari che
hanno collaborato alle iniziative.

L'Emporio Il Melograno, in
collaborazione con il Centro Servizi per
il Volontariato, il Comune di Sassuolo e
le associazioni partner di progetto,
organizzano iniziative e incontri rivolti
alla cittadinanza con l'obiettivo di
sensibilizzare le famiglie dell'Emporio e
la comunità su possibili stili di vita
sostenibili.

Per maggiori info
www.emporiomelograno.it


Città di Sassuolo


ASSOCIAZIONE SERVIZI PER
IL VOLONTARIATO MODENA
CENTRO DI SERVIZIO PER IL VOLONTARIATO

In collaborazione con

Circolo Culturale
Artemisia
LABORATORIO DI RICERCA, PROGETTI, ATTIVITÀ E PRESSIONI