

# Scegli il tuo menù

alimenta il tuo benessere

novembre 2017 - febbraio 2018



incontri aperti a famiglie, insegnanti, cittadini



**Scegli il suo  
menù**  
... anche a scuola



Per info:

Ufficio ristorazione: tel. 0372 407903 | 407906  
ufficio.ristorazione@comune.cremona.it - www.comune.cremona.it

## Mercoledì 8 novembre 2017

**SALA CONSULTA** di Palazzo Comunale, Piazza Stradivari, 7

**ore 17,45** - dott.sa Maura Ruggeri, Vicesindaco:

Introduzione dei lavori e presentazione del progetto

*Scegli il tuo menù, alimenta il tuo benessere*

**ore 18,00** - dott.sa Anna Villarini, biologa nutrizionista, ricercatrice presso il Dipartimento di Medicina Predittiva e per la Prevenzione della Fondazione IRCCS - Istituto Nazionale dei Tumori, coordinatrice di studi di intervento alimentare:

*Cibo e salute: la prevenzione a tavola fin da piccoli*

**ore 19.00** - dott.sa Claudia Paltrineri, redazione di Foodinsider: *Giro d'Italia attraverso le mense scolastiche*

## Mercoledì 24 gennaio 2018

**SALA EVENTI DI SPAZIOCOMUNE**, Piazza Stradivari, 7

**ore 17,30** - dott.sa Maura Ruggeri, Vicesindaco:

Introduzione dei lavori e presentazione del progetto

*Scegli il tuo menù, alimenta il tuo benessere*

**ore 17,45** - dott. Antonio La Russa, specialista in scienza dell'alimentazione, nefrologia e medicina interna:

*L'alimentazione al servizio della salute della donna*



**ore 18,45** - I cuochi delle scuole di Cremona presentano il loro menù - a seguire degustazione

## Mercoledì 21 febbraio 2018

**SALA EVENTI DI SPAZIOCOMUNE**, Piazza Stradivari, 7

**ore 17,30** - dott.sa Maura Ruggeri, Vicesindaco:

Introduzione dei lavori e presentazione del progetto

*Scegli il tuo menù, alimenta il tuo benessere*

**ore 17,45** - Intervento della biologa nutrizionista: *Costruisci la tua salute: strumenti pratici e veloci per scegliere, organizzare un'alimentazione corretta per una vita in salute*



**ore 18,45** - I cuochi delle scuole di Cremona presentano il loro menù - a seguire degustazione