



A.R.T.E.
ATTIVITÀ PER LA RIGENERAZIONE DELLA TERZA ETÀ

DEDICATO A OVER 65

enaip
LOMBARDIA

CORSO DI CUCINA E DI SANA ALIMENTAZIONE

Un percorso pratico e informativo per migliorare il tuo stile alimentare.
Imparerai a cucinare piatti sani e gustosi, conoscere i nutrienti, bilanciare i pasti e
adottare abitudini alimentari sostenibili e consapevoli con la guida
di una biologa nutrizionista e uno chef esperto

QUANDO

-  mercoledì 22 aprile 2026
-  martedì 28 aprile 2026
-  martedì 5 maggio 2026
-  lunedì 11 maggio 2026

 dalle 14:30 alle 17:30

 **DOVE**
Fondazione Enaip
Via San Rocco 3
Melzo

ISCRIZIONE OBBLIGATORIA entro il 17 aprile - POSTI LIMITATI COME ISCRIVERSI

1. Apri l'app Google o Google Lens (icona a forma di fotocamera colorata) dal tuo telefonino.
2. INQUADRA IL QR CODE
3. Tocca il link che appare.
4. Compila il modulo.



L'iscrizione è gratuita
e prevede la
partecipazione
esclusivamente agli
iscritti



oppure scrivi un messaggio whatsapp con testo
"CUCINA - tuo COGNOME NOME"
al numero 3275898907