



Ti capita di non sapere come preparare piatti senza sale, senza zucchero, senza grassi o con poche calorie? A volte sei in difficoltà nella scelta degli alimenti da mettere in tavola e non sai come dosarli e associarli? Ti piacerebbe imparare a preparare ricette gustose, ma adatte al tuo stato di salute?

**Corso di cucina per persone di 65 anni o più
con diabete o malattia cardiovascolare**

A cura di Roberta Cavallo, Cuochivolanti

Con la supervisione degli operatori sanitari della
S.S. Diabetologia Presidio Valletta – ASL Città di Torino

Martedì 6, 13, 20, 27 novembre dalle 9.30 alle 12.30
presso I Passi - strada Castello di Mirafiori 142/8
davanti al Mausoleo della Bela Rosin - Bus 34, 63 - Tram 4

Partecipazione gratuita con iscrizione obbligatoria
Informazioni e iscrizioni: cell. 331 3899523

