

# Occhio alle etichette: prima lezione per mangiare sano con lo Ior Prime

## **CESENA**

Iniziano oggi i corsi di sana alimentazione "In cucina al Prime". L'appuntamento è alla struttura dello Ior di San Cristoforo e l'iniziativa punta a insegnare come organizzare per tutta la famiglia una dieta salubre, gustosa e che aiuti a prevenire i

tumori. Si tratta di un ciclo di incontri tematici di circa due ore che si terranno una volta a settimana a partire da oggi e che puntano a fornire consigli pratici e operativi a chi ha la responsabilità dei fornelli a casa. Lo chef Luca Zannoni e la dottoressa Alessandra Musio, specialista in Scienze dell'Alimentazione, hanno indi-

viduato vari argomenti.

Il primo incontro è con "Scopri cosa mangi: occhio alle etichette", per una maggior consapevolezza riguardo gli alimenti che si portano in tavola. Si continuerà al lunedì fino a primadiNatale. Ogni appuntamento avrà un costo di 20 euro: è possibile prenotarli anche separatamente, partecipando esclusivamente alle lezioni che si ritengono più interessanti, chiamando il numero 0547 1938016 o scrivendo alla mail [info@primecenter.it](mailto:info@primecenter.it)