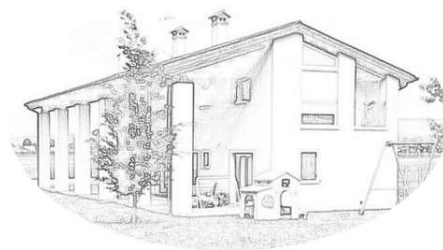




**SPO.SA.BE.**  
in collaborazione con  
**l'Associazione Culturale**  
**"Il Rustico Della Conoscenza"**  
**Presentano:**



## **CORSO PRATICO ESSICCAZIONE E CRUDISMO**



**NUTRIRSI E NON ALIMENTARSI!!**

Il primo corso base, ha, come obiettivo principale, il portare nella quotidianità uno stile di vita sano, consapevole, rapido e nutritivo per il nostro corpo e per la nostra anima.

### **PROGRAMMA DEL CORSO:**

- > Cenni teorici di essiccazione e crudismo;
- > Cosa non deve mai mancare nella dispensa;
- > Dimostrazione pratica di realizzazione delle ricette fornite;
- > Degustazione

Per ogni ricetta fornita verrà fatta una degustazione di quanto proposto.

### **DOVE:**

Il corso si terrà nella sede dell'associazione culturale: "Il Rustico Della Conoscenza"  
a Volpago del Montello, in via Cauduri, 19/A

### **QUANDO:**

La lezione si terrà sabato 21/05/2022 con orario 14:30/18:30

### **MATERIALE:**

A ogni partecipante verrà consegnato un ricettario e un attestato di partecipazione al corso.

### **COSTO:**

Il costo del corso è di €. 50,00 comprensivo di materiale didattico e degustazione delle ricette che troverà nel ricettario.

L'iscrizione è **OBBLIGATORIA** tramite il link: <https://sposabe.webnode.it//corso-pratico-di-essiccazione-e-crudismo/>

### **RELATORE:**

**Loris Borsato** – Operatore olistico in riflessologia plantare, cristalloterapia, reiki I° e II° livello, Hot Stone Therapy, access bars, risveglio motorio.

Appassionato di alimentazione naturale e Medicina Tradizionale Cinese