

# Cucina VEGAN

una dieta a colori!

11  
MAGGIO  
2013

## Corso teorico/pratico di cucina vegan di base con Aida Vittoria Èltanin

Vorreste avvicinarvi ad un'alimentazione più sana, naturale, etica?

Aida Vittoria Èltanin, educatrice ed autrice di libri sull'alimentazione vegana, vi introdurrà ai **TRUCCHI** di questa cucina semplice e deliziosa!

A seguire potrete gustare un

### **APERICENA VEGAN**

con i piatti presentati durante il corso,  
preparato e organizzato dai volontari di  
**LAV VALDINIEVOLE**

**Costo del corso + apericena: €15**

Iscrizione obbligatoria entro il 9 Maggio

Scrivete a: [lav.valdinievole@lav.it](mailto:lav.valdinievole@lav.it)

**Vi aspettiamo alle ore 17:00  
presso il CIRCOLO ARCI in via 1° Maggio n. 47  
51010 Margine Coperta - Massa e Cozzile**



Per iscriversi contattare:  
LAV Valdinievole  
Silvia 347/1957365  
[lav.valdinievole@lav.it](mailto:lav.valdinievole@lav.it)  
[www.facebook.it/lavvaldinievole](http://www.facebook.it/lavvaldinievole)

