

# 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)

