



# FOOD VILLAGE

**RICETTE E SHOW COOKING  
PER PRENDERTI CURA  
DELLA TUA SALUTE A TAVOLA**



La tua salute prima di tutto

**11.00 - 12.00****IO VIVO SANO: LA PRIMA COLAZIONE**

Dopo il digiuno notturno la prima colazione è essenziale per iniziare la giornata con vigore fisico e lucidità mentale: i partecipanti saranno coinvolti in maniera interattiva dai relatori che presenteranno esempi pratici per comporre una colazione nutriente.

Con lo Chef di alta cucina naturale **Simone Salvini** e la **Dott.ssa Elena Dogliotti** biologa nutrizionista, supervisore scientifico per Fondazione Umberto Veronesi.

**12.30 - 13.30****LA PREVENZIONE AL MASCHILE:  
QUANDO SI PUÒ FARE LA DIFFERENZA,  
OGNI GIORNO**

Incontro sull'importanza di fare prevenzione primaria e secondaria per l'universo maschile. Un appuntamento per scoprire spunti utili per modificare in positivo il proprio stile di vita e tutelare la propria salute.

Con la **Dott.ssa Federica Mazzoleni** medico chirurgo specialista in urologia e divulgatrice scientifica per Fondazione Umberto Veronesi e la **Dott.ssa Elena Dogliotti** biologa nutrizionista, supervisore scientifico per Fondazione Umberto Veronesi.

**15.00 - 16.00****IL VALORE PREVENTIVO DELLA  
DIETA MEDITERRANEA, PATRIMONIO  
CULTURALE IMMATERIALE  
DELL'UMANITÀ**

Appuntamento alla scoperta dei prodotti 100% italiani per la realizzazione di una proposta gastronomica in pieno stile mediterraneo.

Con lo Chef **Matteo Scibilia**, Responsabile Scientifico della rivista *Italia a Tavola* e Responsabile dell'Atelier dei Sapori.

**16.30 - 18.00****LA MERENDA DEI BAMBINI SUGAR  
FREE CON IL CAMPIONE DEL MONDO  
DI PASTICCERIA**

La merenda dei bambini, quella buona, fatta in casa, con un ridotto contenuto di zuccheri.

Scopri come prepararla per i più piccoli grazie ai suggerimenti esperti del *Presidente della FIPGC Roberto Lestani* e i membri della FIPGC **Barbara Borghi, Vincenzo Ciccarello, Daniele Cappellano, Luca Botti e Katerina Pyatlina**.

**18.00 - 19.00****APERICENA... VEGANO!  
DA DOVE INIZIO?**

Un appuntamento per scoprire ingredienti e ricette per un'apericena 100% veg.

Con la food blogger e vegan Chef **Giulia Giunta** della **Funny Veg Academy**.

**10.30 - 12.00****RICETTE DELLA DOMENICA  
CON IL METODO SVUOTA FRIGO**

Alcuni suggerimenti per non sprecare il cibo e renderlo un'ottima occasione conviviale con amici e famiglia.

Con *Tessa Gelisio*.

**12.30 - 14.00****BRUNCH GUSTOSO ALLERGEN FREE,  
SENZA GLUTINE E SENZA LATTOSIO**

Un incontro per la scoperta del brunch della domenica senza allergeni con il commento delle proposte culinarie da parte della Dott.ssa nutrizionista **Chiara Rusconi** di AiC Lombardia onlus.

Con lo Chef gluten free **Marcello Ferrarini** e la **Dott.ssa nutrizionista Chiara Rusconi** di AiC Lombardia onlus.

**14.00 - 15.30****CUCINA NATURALE PER SCOPRIRE  
I SAPORI DELLA SALUTE**

Uno show cooking per collezionare ricette capaci di donare salute al corpo, con attenzione alla prevenzione dei tumori.

Con lo Chef **Giovanni Allegro**.

**15.30 - 17.00****SALUTE E BIODIVERSITÀ A TAVOLA**

Un incontro per scoprire il nuovo patrimonio agroalimentare Made in Italy.

A cura delle Chef **Marisa Del Corno** e **Aurora Fabiana Tombesi** dell'Azienda Agricola Mielificio Pioppo Tremulo / rete **Slow Food**.

# FOOD VILLAGE

Thanks to

**LAURETANA**

L'acqua più leggera d'Europa



**Fondazione  
Umberto Veronesi**  
– per il progresso  
delle scienze



**funny  
VEG**  
academy



*Federazione Internazionale  
Pasticceria  
Gelateria Cioccolateria*



**Slow Food**  
Lombardia



**Tupperware**



ASSOCIAZIONE  
GENITORI E PERSONE  
CON SINDROME DI DOWN

**Italia a Tavola**