



Pronti in tavola Per incanto o per delizia

a cura dello **Studio di Nutrizione e Psicologia Chicco di Riso di Pistoia**

Il cibo che scegliamo di preparare e consumare nella quotidianità o negli eventi formali ha un forte potere comunicativo riguardo alle nostre caratteristiche personali, alle abitudini ma anche ai riti familiari e culturali.

Sempre più di frequente ci troviamo di fronte a cibi raffinati, elaborati, preparati con materie prime particolari, i così detti cibi *gourmet*. Tali cibi vengono curati anche nella presentazione e nell'aspetto, per poi, essere spesso immortalati sui social, assumendo connotazioni ricercate e distintive. La forma e la presentazione del piatto possono assumere quindi un valore primario, portandoci, talvolta, a prestare meno attenzione al gusto del cibo ed al piacere della condivisione.

Ma il valore nutrizionale del cibo gourmet è il medesimo di quello classico?

Che significato può assumere il modo in cui prepariamo un piatto o apparecchiamo la tavola?

Quali emozioni vengono espresse nella scelta del cibo?

Un viaggio insieme per scoprire di quanti e quali colori si tinge la sfera alimentare.

Questo incontro segue il primo incontro tenuto a novembre "Pronti a tavola - Pane amore e fantasia".



Studio di Nutrizione e Psicologia

Centro per la cura dei disturbi alimentari e dell'obesità

Viale Macallè 14, Pistoia

www.chiccodirisopistoia.it

info@chiccodirisopistoia.it

Alessandra Vincenti, Biologa nutrizionista - tel. 338 8052213

Beatrice Brogi, Psicologa e psicoterapeuta - tel. 349 5774776

Pamela Nobile, Psicologa e psicoterapeuta - tel. 333 8602377

Ingresso libero senza necessità di prenotazione

Informazioni: Tel 0573 371600 www.sangiorgio.comune.pistoia.it

Venerdì

17 gennaio 2020
ore 17-19

SALA BIGONGIARI

**Biblioteca
San Giorgio**

Via Pertini, Pistoia

