



*Miscellaneous*



*La Cucina degli Dei*

*La Rotta dei Sapori  
ha ora inizio!*



***Il cibo è vita.*** Dicono tutti.

In realtà è l'Alimentarsi in Modo Consapevole il processo che decide della tua vita positiva.

L'Alimentazione è un atto, per la maggior parte delle persone, inconsapevole o parziale.

Tutto ci Alimenta e Nutre o al contrario ci stacca la "Spina della Luce": Immagini, Suoni, Colori, Luce, Buio, Amici, Lavoro, Compagni, Mariti, Figli, Cani, Gatti, Pesci rossi, ciò che cambia è solo il modo in cui ci nutriamo di loro e/o come li "Cuciniamo".

In questi incontri potrai scoprire come "TU" puoi, se vuoi, Alimentarti per far sì che il tuo viaggio chiamato Vita diventi una risorsa inesauribile di conoscenza, consapevolezza e divertimento.

In ogni incontro Teorico/Pratico il tuo corpo, la tua psiche e le tue emozioni saranno messe in "Attivo" per comprendere che la Verità è dentro di te o al massimo dentro il tuo frigorifero di casa.

Il percorso è strutturato in cicli di 4 incontri. Mensili.

Cicli che si aprono e si chiudono.

***1° incontro*** – Cibo = questo amico sconosciuto

Le frequenze chimiche, biochimiche, emozionali, fisiche

Come e perché è necessario conoscerle.

Carne, Pesce, Formaggi

- Laboratorio teorico/pratico
- Durata: 1 ora e 30
- Abbigliamento: vestirsi comodi.



- Occorrente: portare un cuscino

**2° incontro** – Il tuo corpo, come mettersi in ascolto

Vegetali, Legumi, Alghe, Seitan, Tofu

- Durata: 1 ora e 30
- Abbigliamento: vestirsi comodi.
- Occorrente: portare due bottiglie di vetro e un bicchiere

**3° incontro** – Emozioni: come cucinarle – Uso e metodi per l'uso

Spezie, Erbe Aromatiche, Uova .

- Durata: 1 ora e 30
- Abbigliamento: vestirsi comodi e paranza.
- Occorrente: erbe aromatiche e/o spezie a piacere, un uovo, paranza, un quaderno per appunti

**4° incontro** – L'Amore. Con te e senza di te. I cibi dell'Amore

Cioccolato nero e Peperoncino, Cioccolato bianco e Caramello, Frutti secchi e freschi, Farine

- incontro in cucina Durata 2 ore
- Abbigliamento: vestirsi comodi e paranza.
- Occorrente: un mortaio per pesto, uno o più frutti freschi e/o secchi a piacere, un pezzo di cioccolato (quello che amate di più), 1 pacco di farina ( per la preparazione del seitan) quaderno per appunti



## **Informazioni e costi**

Il corso è rivolto ai soci e verrà attivato al raggiungimento di 7 iscritti.  
Il costo del corso è di € 100,00 comprensivi di tessera assicurativa.

### **Miscellaneous snc**

via Catania 29/a - 47924 Rimini  
Tel & Fax +39 0541 377652 - 371101  
E-mail: [info @miscellaneous.it](mailto:info@miscellaneous.it)  
Web: [www.miscellaneous.it](http://www.miscellaneous.it)

### **ASD Subaquea**

Claudia Righetti +39 347 5858328  
E-mail: [info@subaquea.it](mailto:info@subaquea.it)  
Web: [www.subaquea.it](http://www.subaquea.it)