

31/10/2019 18:18

### **Aspettando Autumnia: la rassegna si chiude con un libro a colazione**

*Domenica 3 novembre alle 10,30 colazione consapevole alla biblioteca Ficino, con degustazione, consigli nutrizionali (a cura del docente di cucina Menicatti e della nutrizionista Spaghetti) e presentazione libri*



Città di Figline e Incisa Valdarno  
Assessorato alle Attività produttive e Turismo  
Assessorato alla Protezione Civile  
Assessorato alle Politiche ambientali e Agricoltura  
Assessorato alla Cultura

EDIZIONE  
NUMERO  
**21**

*Aspettando*  
**Autumnia®**

**Domenica 3 novembre ore 10.30**  
Biblioteca comunale "Marsilio Ficino" - Via Locchi 15 - Figline

**Un libro a colazione.**

Colazione consapevole a cura dell'Associazione Conkarma. Piccola degustazione e lezione breve per tutte le età: consigli, ricette, indicazioni nutrizionali e buone pratiche di cucina con Moreno Menicatti (docente di cucina) ed Elisa Spaghetti (dietista e nutrizionista).

PRESENTAZIONE DEI LIBRI  
"4 percorsi storici nel Valdarno Superiore, in cammino da Firenze ad Arezzo"  
a cura del CAI Valdarno Superiore e Accademia Valdarnese del Poggio.  
"Vallombrosa. Una visita tra storia, territorio e ambiente"  
di GIOVANNI SUSINI

Info: 055.9125291 - [g.fanfani@comunefiv.it](mailto:g.fanfani@comunefiv.it)  
a cura di: Comune FIV

 [www.autumnia.it](https://www.autumnia.it)

Si chiude **domenica 3 novembre alle 10,30**, con **I&39;8** al **10 novembre** in centro a Figline.

**L'appuntamento è alla biblioteca "Marsilio Ficino", in via Vittorio Locchi a Figline**, dove è in programma una lezione breve, adatta a tutte le età, sulla **"colazione consapevole"**, tenuta dalla **dietista e nutrizionista Elisa Spaghetti** e dal **docente di cucina Moreno Menicatti**. I consigli, le ricette e le

indicazioni nutrizionali si aggiungeranno a **una piccola degustazione a cura dell'associazione Conkarma.**

Inoltre, saranno presentati anche dei libri: si tratta di **"4 percorsi storici nel Valdarno Superiore. In cammino da Firenze ad Arezzo"**, a cura del CAI sezione Valdarno Superiore e dell'Accademia Valdarnese del Poggio, e di **"Vallombrosa. Una visita tra storia, territorio e ambiente"** di Giovanni Susini.

---

Sonia Muraca  
Ufficio Stampa  
Comune di Figline e Incisa Valdarno  
Cell. 328.0229301 Tel. 055.9125255  
web [www.figlineincisainforma.it](http://www.figlineincisainforma.it)

Comune di Figline e Incisa Valdarno - Piazza del Municipio, 5 - 50063 - Figline e Incisa Valdarno (FI)