

Conferenza Stampa

Venerdì 29 novembre 2013 – ore 10.30

presso **ABC in Cucina Corso Vittorio Emanuele 86 – Torino**

L'Associazione WALCE e Carthusia Edizioni

presentano

SALUTE CUOCA!

Ricette buone e sane di cucina naturale



Dalle lezioni di cucina naturale dello Chef Giovanni Allegro

un libro di ricette sane e sfiziose

Torino – Cucinare insieme significa condividere saperi, sapori, piaceri, tecniche ed emozioni. Davanti ai fornelli si può imparare tanto, anche sulla propria salute e sul proprio benessere. **Venerdì 29 novembre alle 10.30, presso la scuola di cucina ABC (corso Vittorio Emanuele 86 - Torino)**, l'Associazione WALCE e Carthusia Edizioni presenteranno il libro illustrato **SALUTE CUOCA!** con le ricette dello Chef Giovanni Allegro, specializzato in cucina naturale.

Oggi più che mai sappiamo che la nostra salute è anche e soprattutto una questione di alimentazione. È dalla consapevolezza di questo semplice fatto che nasce la **cucina naturale**. Una cucina pensata per essere più ampia, luminosa, aggiornata, che non solo prepara cose buone ma insegue consapevolmente un ideale di salute, al quale oggi viene riconosciuto un ruolo fondamentale nella prevenzione primaria delle patologie moderne. Per questa ragione l'Associazione WALCE Onlus organizza corsi di cucina naturale, dedicati alle pazienti oncologiche.

Lezioni e ricette, pensate inizialmente per le esigenze più delicate di chi affronti la malattia tumorale, si sono rivelate ricche di accorgimenti, tecniche, alimenti e indicazioni ideali per chiunque creda che tavola e cucina possono essere luoghi di benessere personale e di cura di sé, senza per questo sacrificare il gusto e la passione per il buon cibo.

Da questa ricca esperienza e grazie all'originale e divertente **progetto editoriale di Carthusia Edizioni**, casa editrice dall'elevata progettualità, è nato **SALUTE CUOCA!** Un volume cartonato che raccoglie **32 ricette**, facili e appetitose, proposte in **8 menù vari ed equilibrati**: ogni ricetta è accompagnata dalle colorate e allegre **illustrazioni di Annalisa Beghelli**.

Il volume è stato realizzato in **un'edizione fuori commercio** che sarà distribuita da WALCE attraverso i propri canali: il sito www.womenagainstlungcancer.eu oppure scrivendo una mail alla Segreteria di WALCE all'indirizzo ufficiostampa.ronchetta@gmail.com; alcune esercizi commerciali ed eventi cui WALCE partecipa; e in **un'edizione disponibile nelle librerie** dell'intero territorio nazionale con il prezzo di copertina di € 15,90.

Lo Chef



Le lezioni, a Torino, sono state tenute da **Giovanni Allegro**, Chef specializzato in cucina naturale, insegnante a Cascina Rosa, la scuola di cucina preventiva della Fondazione IRCCS Istituto Nazionale dei Tumori di Milano.

Docente negli studi di prevenzione DIANA dal loro inizio, partecipa attualmente al DIANA-5 (Progetto che ha l'obiettivo di valutare se una sana alimentazione e una adeguata attività fisica possano ridurre il rischio di recidive nel carcinoma mammario) a Torino, Asti e Biella. A Torino collabora inoltre con il dipartimento di Scienze biomediche e il CPO-Piemonte (Centro di Riferimento per l'Epidemiologia e la Prevenzione Oncologica) nell'ambito di progetti di ricerca sulla prevenzione dei tumori.



C·A·R·T·H·U·S·I·A

Walce Onlus

Nel 2006 nasceva a Torino l'Associazione WALCE Onlus – Women Against Lung Cancer in Europe, con l'obiettivo di sensibilizzare la popolazione femminile nei confronti del sensibile aumento di incidenza e mortalità dei tumori del polmone anche tra le donne. Oggi WALCE ha come scopo quello di supportare tutti i pazienti affetti da questa patologia e i loro familiari e di diffondere informazioni in termini di prevenzione, diagnosi e terapia. WALCE è un'associazione "a respiro europeo" per la lotta contro le neoplasie toraciche: informare, supportare, sensibilizzare e prevenire, questi gli obiettivi preposti.

Per maggiori informazioni sulle attività di WALCE: www.womenagainstlungcancer.eu

Carthusia edizioni

Carthusia Edizioni è una casa editrice che dal 1987 progetta e pubblica, oltre a libri anche campagne di comunicazione di carattere informativo ed educativo rivolte ai ragazzi, insegnanti, famiglie e adulti con particolare attenzione al mondo femminile. Nel suo affronta temi di attualità e di interesse sociale: dalla salute ai diritti dell'infanzia, dalla multiculturalità all'educazione ambientale, dalla prevenzione alle prospettive europee, all'educazione civica, insomma il saper stare al mondo. Realizza di volta in volta format diversi che servono a veicolare il contenuto della comunicazione: libri, kit per le classi o per singoli lettori. L'aggiornamento è continuo, come lo è la serietà, il taglio d'avanguardia dei suoi progetti e la cura che mette nella scelta del linguaggio, delle illustrazioni e del progetto grafico. Innovazione e progettualità, che hanno portato Carthusia Edizioni ad essere insignita di prestigiosi premi e riconoscimenti.

Ufficio Stampa:

WALCE Onlus: Raffaella Ronchetta - ufficiostampa.ronchetta@gmail.com; mobile 334 8822187 Ufficio

Carthusia Edizioni: Ilaria Maurri - i.maurri@carthusiaedizioni.it; mobile 335 1234242