

# **AIC LIGURIA IN FORMA**

## **EVENTI, INFORMAZIONI E CONSIGLI**

Notiziario N°3/2024

### ***EDIZIONE SPECIALE***

### ***Settimana Nazionale della Celiachia 2024***



Anche quest'anno torna l'appuntamento con la Settimana della Celiachia. AIC Liguria propone i suoi eventi speciali volti a sensibilizzare le persone sull'argomento e far conoscere la celiachia.

Di seguito siamo lieti di presentare le iniziative a calendario.

### ***EVENTI PER GLI ASSOCIATI***



**CORSI DI CUCINA A GENOVA**  
Sabato 11 maggio 2024  
**PRESSO LA SCUOLA DI CUCINA "Chef per Caso"**  
Via Milano 148 R – Genova

## **AIC LIGURIA IN FORMA** **EVENTI, INFORMAZIONI E CONSIGLI**

AIC Liguria è lieta di poter organizzare per i propri associati, due corsi sulla cucina senza glutine con dimostrazioni pratiche di alcune delle lavorazioni più interessanti ed assaggio a prodotto finito.

I corsi sono a cura della scuola di cucina **“Chef per Caso”**.

Nella stessa giornata sono previsti due corsi. Al mattino imparerete a realizzare tante ricette sfiziose per accompagnare gli aperitivi. Il corso del pomeriggio sarà invece dedicato a chi desidera imparare le tecniche di base degli impasti senza glutine, quindi suggerito in modo particolare ai nuovi iscritti.

dalle ore 10.00 alle ore 12.00 **“Deliziosi stuzzichini gluten free”**

dalle ore 15.00 alle ore 17.00 **“Gli impasti di base”**

Il costo di partecipazione è **di euro 12,00** a corso; per iscriversi al corso è richiesto di essere in regola con la quota 2024.

**Modalità di partecipazione:** Prenotazione obbligatoria **entro giovedì 9/5/2024** telefonando al numero 010 58 18 99 negli orari di segreteria.

### **“TUTTI A TAVOLA TUTTI INSIEME: LE GIORNATE DEL MENU’ SENZA GLUTINE”**

Mangiare senza glutine si può e anche con gusto!

In occasione della #SettimanadellaCeliachia, molte scuole liguri hanno aderito all’iniziativa proposta da AIC.

L’obiettivo è diffondere la conoscenza della celiachia e dell’alimentazione senza glutine, servendo a tutti i bimbi un menù completamente gluten free!

*Ringraziamo i Comuni e le ditte di ristorazione che hanno aderito all’iniziativa.*



## **AIC LIGURIA IN FORMA**

### **EVENTI, INFORMAZIONI E CONSIGLI**

#### **SCONTI E PROMOZIONI**

Durante la Settimana della Celiachia, come ogni anno, sarà possibile usufruire di sconti e promozioni offerti da esercizi commerciali che collaborano con la nostra associazione e da strutture aderenti al progetto AFC. Di seguito le proposte:

##### **Strutture**

CREMERIA GRAN SASSO , PIAZZA PAOLO DA NOVI 52R - GENOVA 010 5533107  
**10 % sulle vaschette gelato**

FARINA E POMODORO VIA DANTE ALIGHIERI 24 - LAIGUEGLIA SV 0182.261283  
**sconto del 20%**

GELATERIA 5 TERRE VIA BIROLI 74 - MANAROLA SP 0187.763748  
**0,50 € su tutti i gelati, sorbetti, granite e crêpes**

HOTEL RISTORANTE TOSCANA VIA FLAVIO GIOIA 4 - ALASSIO SV 0182.640657  
**menù speciale per settimana della celiachia**

LA MIGNOLA VIA VERZEMMA 24 RECCO GE 338.2138139  
**Sconto del 10% sul corso "Trofie fatte a mano e pesto al mortaio" del 19 maggio**

##### **Negozi**

PARAFARMACIA "ROSSI" VIA STAZIONE DI VOLTRI 33 R - GENOVA 010 6131501  
**Buono sconto sui prodotti della parafarmacia per tutti i celiaci che si presenteranno durante la settimana in negozio**

#### **LE RICETTE DEI RISTORATORI AFC**

Uscire a cena, festeggiare un compleanno o partire per un viaggio: per chi convive con la celiachia anche i gesti più semplici possono diventare difficili!

Grazie al Programma Alimentazione Fuori Casa e a tutti i ristoratori AFC possiamo consumare pasti senza glutine in sicurezza!

Prova tutti i locali AFC in Liguria e le gustose ricette che i nostri ristoratori condividono con noi per la Settimana Della Celiachia!

Ringraziamo tutte le strutture che hanno aderito all'iniziativa.

*Le ricette saranno pubblicate sulle pagine social di AIC Liguria.*

## **AIC LIGURIA IN FORMA** **EVENTI, INFORMAZIONI E CONSIGLI**

### **PROMOZIONE CONSULENZA NUTRIZIONALE PERSONALIZZATA**



L'alimentazione assume importanti significati: nutrimento, piacere, prevenzione... Per il celiaco è importante seguire una dieta sana, equilibrata e rigorosamente priva di glutine e per ogni necessità è fondamentale rivolgersi ad un

professionista. I dietisti di AIC Liguria sono a tua disposizione con una convenzione speciale per la Settimana della Celiachia!

#### **COSA PREVEDE LA CONSULENZA?**

- prima visita e valutazione nutrizionale
- elaborazione dello schema alimentare personalizzato o di educazione alimentare

**sconto previsto: 40% sul tariffario del professionista**

#### **COME ACCEDERE AL SERVIZIO?**

- contattare direttamente il dietista durante la Settimana della Celiachia (11-19 maggio 2024)
- per usufruire dello sconto, la visita prenotata dovrà essere effettuata entro luglio 2024 (secondo disponibilità del professionista)
- esibire la tessera associativa AIC Liguria 2024

L'elenco dei dietisti AIC Liguria è disponibile al link

<https://liguria.celiachia.it/cosa-facciamo/per-il-celiaco/servizi-di-consulenza/dietistica/>

## **AIC LIGURIA IN FORMA EVENTI, INFORMAZIONI E CONSIGLI**

**TI SEI RICORDATO DI RINNOVARE  
LA QUOTA ASSOCIATIVA ANNO 2024?**



Anche grazie al tuo contributo l'Associazione può garantire la realizzazione delle attività programmate per l'anno in corso.

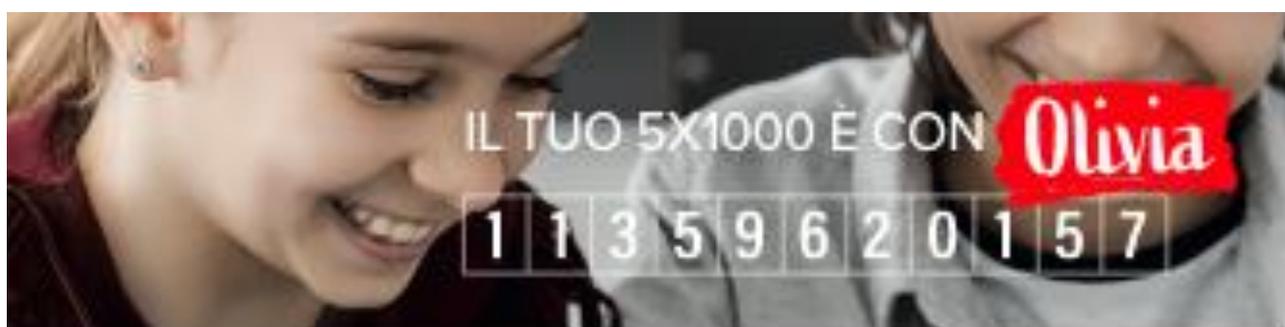
Rinnovare è semplice, la quota di **euro 38.00** può essere versata secondo le seguenti modalità:

- **con bonifico** su Banco Posta - Cod. IBAN **IT 58 I 07601 01400 000024436164**
- **con versamento su c/c postale** n° 24436164 intestato ad AIC Associazione Italiana Celiachia Liguria APS
- **con bonifico** su BPER Banca - Cod. IBAN **IT26X0538701407000047047912**
- **con carta di credito** nell'apposita sezione relativa ai pagamenti on line presente sul nostro sito <https://liguria.celiachia.it/>
- **presso la nostra sede** di Genova Via della Libertà 17/1A su appuntamento da fissare telefonicamente.

**Ricordiamo che dal 1/05/2024 la app di AIC Mobile è disponibile ai soli associati in regola con la quota 2024**

## **AIC LIGURIA IN FORMA** **EVENTI, INFORMAZIONI E CONSIGLI**

### **SOSTIENI AIC CON IL TUO 5 X 1000**



Grazie alla generosità di molti associati, abbiamo realizzato numerosi progetti finanziati dal 5x 1000, tra cui:

- **Il Progetto “In fuga dal glutine”** dedicato alle scuole dell’infanzia e primarie. Uno strumento dedicato ad insegnanti e alunni per trasmettere loro non solo cosa sia la celiachia, ma in senso più ampio, l’educazione alla diversità.
- **Il Progetto “Alimentazione Fuori Casa”**, rivolto alla formazione di esercizi informati sulla celiachia che possano offrire un servizio sicuro. Tutti i locali che aderiscono al progetto partecipano a corsi e incontri teorico/pratici sulla celiachia, sulla cucina senza glutine e vengono periodicamente controllati tramite personale qualificato.

Nello stesso modo AIC è disponibile per organizzare gratuitamente corsi rivolti mense pubbliche, scolastiche e ospedaliere.

**Scegli AIC per il tuo 5x 1000 e ci permetterai di fare  
sempre di più!!!**