



“Con l’Europa, investiamo nel nostro futuro”

“Spesso apro il frigorifero e non c’è niente a parte quel mezzo limone marroncino che ormai è lì da anni. Una volta il frigo si è rotto. Quando è venuto il tecnico a ripararlo mi ha detto che non si era rotto. Si era suicidato”.

Fabio Volo



**CENTRO TERRITORIALE PERMANENTE
PER L'ISTRUZIONE E LA FORMAZIONE
IN ETÀ ADULTA**

C/o SMS “T. Tasso” – Via Marziale, 18 - 80067 Sorrento
(NA) Istituito con Decr. Provv. agli Studi di Napoli,
prot. n 6890/segr/23/dm del 23.07.1998
Regione Campania
Ambito EDA 8 NA – Sorrento

Perché

**“Note di gusto : fra
tradizione e innovazione”?**

Perché

- ♦ è arrivato il momento di imparare ad alimentare meglio il corpo e la mente
- ♦ è arrivato il momento di cambiare, di migliorare, di scegliere con attenzione ciò che acquistiamo, per acquisire consapevolezza del nostro stile di vita



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Dipartimento per la Programmazione
D.G. per gli Affari Internazionali - Ufficio IV
Programmazione e gestione dei fondi strutturali europei
e nazionali per lo sviluppo e la coesione sociale



Unione Europea
P.O.N. - "Competenze per lo Sviluppo" (FSE)
P.O.N. - Ambiente per l'apprendimento (FESR)
D.G. Occupazione, Affari Sociali e pari Opportunità
D.G. Politiche Regionali



2007-2013 Con L'Europa investiamo nel vostro futuro!

P.O.N. "Competenze per lo sviluppo" – Fondo Sociale Europeo
Asse I - Obiettivo G:
"MIGLIORARE I SISTEMI DI APPRENDIMENTO DURANTE TUTTO L'ARCO DELLA VITA".
Azione G1: Interventi formativi flessibili finalizzati al recupero dell'istruzione di base per giovani e adulti
Annualità 2009-2010

Autorizzazione M.P.I. AOODGAI/5366 del 21 ottobre 2009

**“Note di gusto :
fra tradizione e innovazione”**



1° Micromodulo

L'uomo è ciò che mangia



Conoscere i fondamenti della giusta alimentazione per farne una sana abitudine

CTP EDA "T.TASSO" Via Marziale, 18

Tel: 081 8782207 Fax: 081 8782257

www.ctpsorrento.it

[Email:info@ctpsorrento.it](mailto:info@ctpsorrento.it)

2° Micromodulo

Chi mangia meglio ...
vive meglio!



Curare il proprio corpo e la propria alimentazione è uno dei primi passi in un percorso di crescita personale

GLI INCONTRI SI TERRANNO PRESSO

IL CTP "T.TASSO" DI SORRENTO

E SUL TERRITORIO DELLA

PENISOLA SORRENTINA

3° Micromodulo

Mens sana in corpore sano



Prendere consapevolezza del funzionamento del corpo e rendersi conto dell'importante ruolo che abbiamo nel conservarlo sano e a lungo è alla base del benessere psicofisico

INIZIO CORSO : LUGLIO 2010

FINE CORSO : DICEMBRE 2010