COMUNE di PADOVA

DOMENICHE ECOLOGICHE

DOMENICA
26 FEBBRAIO 2023

ALIMENTAZIONE

Una domenica all'insegna della sostenibilità con attività per le famiglie.

Grazie alla chiusura al traffico dell'area perimetrata dalle mura cinquecentesche, sarà possibile vivere la città in modo diverso: a piedi, in bicicletta e con i mezzi pubblici.

Scopri tutti gli eventi su padovanet.it
Cerca su Facebook: Domeniche Sostenibili

LISTON
(DAVANTI PALAZZO MORONI)

DALLE 10:00 ALLE 13:00

LABORATORI CREATIVI

Ricette colorate... con la carta
a cura di **Onda creativa**
Prepareremo colorati piatti e pietanze come pizze, panini e altre ricette.
Ci divertiremo insieme usando carta, cartone e cartoncino di riciclo.

Esploriamo il mondo della frutta
a cura di **Alessandro Conte**,
food-coach fondatore del progetto **Vagabondare con Stile**.
Si potrà creare il proprio succo naturale fatto con frutta e verdura fresca, preparandolo con l'aiuto dello chef e di un estrattore.

Il magico mondo delle spezie
a cura di **Alessandro Conte**,
food-coach fondatore del progetto **Vagabondare con Stile**
Dopo una breve spiegazione sull'utilizzo delle spezie e delle piante aromatiche in cucina, si potrà realizzare un disegno profumato con le spezie.

Si consiglia la prenotazione https://www.eventbrite.it/e/biglietti-laboratori-e-workshop-per-bambini-i-succhi-naturali-e-il-mago-delle-spezie-532239942997

LA TAVOLA SANA

Punto informativo volto a promuovere le buone pratiche alimentari. Gli agricoltori di **Coldiretti Padova** e **Associazione Italiana Agricoltura Biologica (AIAB)** ci aiuteranno a comprendere come riconoscere il cibo sano e scegliere i prodotti a Km zero assecondando la stagionalità.

PALAZZO MORONI
(SALA PALADIN)

ALLE 17:30

ANTONELLA VIOLA
IL CIBO BUONO

In dialogo con Francesca Visentin

Intervengono: **Stefania Zovato**, Endocrinologa responsabile Unità Operativa Tumori Ereditari Iov (Istituto Oncologico Veneto), **Tania Saibene**, Chirurga senologa allo Iov Istituto Oncologico Veneto e **Daniele Nucci**, Dietista laureato in Nutrizione umana e ricercatore allo Iov, specializzato nello studio dei tumori attraverso la modifica dello stile di vita.

C'è più gusto a nutrirsi bene, con cibi che fanno bene al corpo, alla mente e al pianeta. Lo spiega in modo agile e scientifico Antonella Viola con Daniele Nucci nel libro «Il cibo buono. Consigli, idee e ricette per il nostro benessere e quello del pianeta» (Gribaudo). Cibo e sostenibilità, ma anche cibo e difese immunitarie, come fare stare bene corpo, mente e pianeta in capitoli chiari e dettagliati e con dieci menù consigliati, che mettono insieme scienza e nutrizione.

Un viaggio con Antonella Viola alla scoperta di come stare bene attraverso l'alimentazione.

Ingresso gratuito fino a esaurimento posti. Prenotazione obbligatoria al link https://www.eventbrite.it/e/biglietti-antonella-viola-il-cibo-buono-530718442147

MUSME

MUSEO DI STORIA DELLA MEDICINA IN PADOVA

ALLE 15:30

LABORATORI PER BAMBINI E FAMIGLIE

Cereali che passione

Riso, grano, orzo, farro, miglio...
I cereali, coltivati da migliaia di anni, sono un gruppo di piante erbacee, della famiglia delle Graminacee, principale fonte di nutrimento per l'uomo. È importante inserirli in una corretta alimentazione e capire perché stanno alla base della piramide alimentare.
Ma li conosciamo veramente? Quanti tipi di cereali conosciamo? Rispondiamo insieme, attraverso il gioco, a queste domande!

Prenotazioni al link www.musme.it/domeniche-ecologiche-al-musme

ALLE 17:00

LABORATORI PER BAMBINI E FAMIGLIE

ABC... vitamine in frutta e verdura

Tutti dicono che mangiare frutta e verdura fa bene per garantire una corretta alimentazione... anche se, dobbiamo dirlo, ai bambini non sempre piacciono!

Oggi abbiamo la possibilità di acquistare melanzane, finocchi, peperoni, banane, limoni e arance in ogni stagione.

Ma conosciamo veramente ciò che mangiamo? Quali sono le vitamine che si nascondono dietro ai colori della frutta e della verdura?

Prenotazioni al link www.musme.it/domeniche-ecologiche-al-musme

PIAZZA DEI SIGNORI

ALLE 9:30, 11:15, 15:30 E 17:00

VISITE GUIDATE ALLA TORRE E ALL'OROLOGIO ASTRARIO

a cura di Salvalarte Legambiente Padova

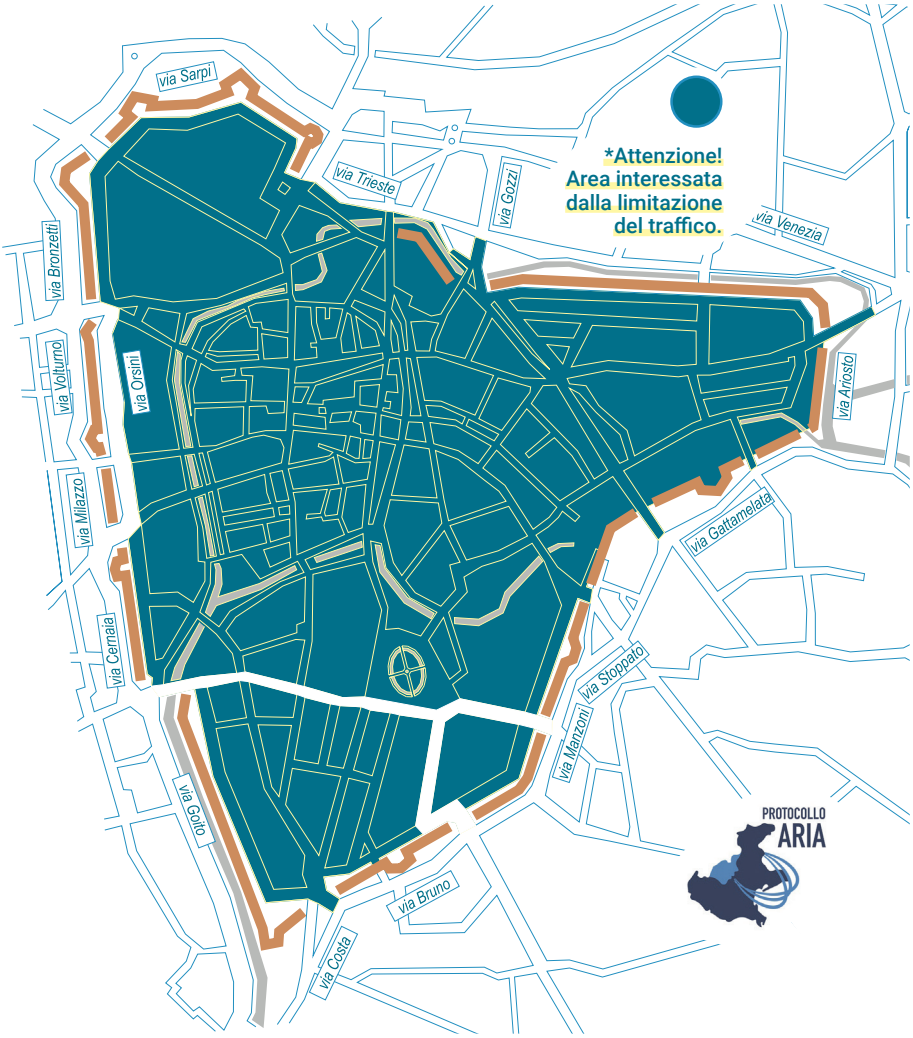
Due turni di visita per 4 persone a turno: la mattina alle ore 9.30 e 11.15; il pomeriggio alle ore 15.30 e 17.00.

Solo su prenotazione:
salvalarte@legambientepadova.it
I Volontari Salvalarte Legambiente Padova sono presenti anche durante la settimana, con i seguenti orari: mercoledì e venerdì alle ore 9.30 e 11.15; sabato alle ore 9.30, 11.15, 15.30 e 17.00.

DIVIETO DI CIRCOLAZIONE

dalle ore 8:30 alle 18:30

di tutti i veicoli a motore all'interno delle mura del '500



PER INFORMAZIONI

Urp - Ufficio per le Relazioni con il Pubblico
Tel. 049 8205572
urp@comune.padova.it

Settore Polizia Locale
Tel. 049 8205100
poliziamunicipale@comune.padova.it

Informambiente - Settore Ambiente e Territorio
Tel. 049 8205021
informambiente@comune.padova.it

3 SALUTE E BENESSERE
4 ISTRUZIONE DI QUALITÀ
11 CITTÀ E COMUNITÀ SOSTENIBILI
13 LOTTA CONTRO IL CAMBIAMENTO CLIMATICO