



COMUNICATO STAMPA

**DUE CORSI INSOLITI PER RACCOGLIERE FONDI.  
LA ONG SCAIP PROPONE INCONTRI DI CUCINA BRASILIANA  
E REFLESSOLOGIA PLANTARE**

*1 settembre 2016.* La onlus Scaip (acronimo di *Servizio cooperazione assistenza internazionale piamartino*) invita a iniziare il dopo vacanza con un'attività solidale. Da fine settembre propone due interessanti corsi per finanziare le sue attività nei Paesi del Sud del mondo. Un modo diverso e divertente non solo per fare fund raising, ma anche per coinvolgere nuove persone. I corsi in programma sono: **cucina brasiliana e riflessologia plantare.**

**CUCINA BRASILIANA:** il Brasile è uno dei Paesi in cui la Ong bresciana opera da oltre 30 anni con vari progetti di cooperazione internazionale. **Il corso "CuciniAMO" inizierà sabato 24 settembre** presso il centro diurno del Comune di Brescia in via Cimabue 18 dalle 10 alle 12:30 al pian terreno (portale e parete in vetro sotto l'ultima delle alte torri, la Torre Cimabue appunto). **Sarà tenuto dal cuoco Marcos André Da Conceição Carvalho** e prevede **6 incontri di sabato mattina** in cui verrà mostrata in una cucina attrezzata la preparazione di piatti accompagnati da bevande o da dolci tipici di facile realizzazione. Al termine di ogni lezione i partecipanti si fermeranno a gustare assieme quanto preparato.

I piatti sono pensati per una facile reperibilità delle materie prime in Italia e sono:

1° INCONTRO, 24 settembre 2016: Salgados (salatini fatti con farina, farina di manioca, carne, formaggio e manioca ) con succo di arancia e fragole.

2° INCONTRO, 8 ottobre 2016: Feijoada (piatto realizzato con fagioli neri, salsiccia, costine e manzo) e riso bianco. Il tutto accompagnato dalla Caipirinha (bevanda alcolica a base di lime, cachaça e zucchero).

3° INCONTRO, 22 ottobre 2016: Frango ao molho (pollo con verdure e spezie tipiche), riso con verdure e Cocada (dolce fatto con cocco e latte condensato).

4° INCONTRO, 12 novembre 2016: Churrasco (grigliata di carne con Picanha, un taglio di carne tipico del Brasile, salamelle e costine, il tutto marinato con spezie tipiche), Feijao tropeiro (fagioli cucinati con farina di manioca, mescolati con uovo sodo, salsiccia e foglie di cavolo) e Vinagrete (verdure crude come pomodori, cipolle e olive tutte tagliate a pezzi

e condite con aceto), con Batida di frutta (bevanda leggermente alcolica a base di Cachaça, frutta fresca e latte condensato).

5° INCONTRO, 26 novembre 2016: Salpicao (insalata fredda di petto di pollo mescolato con frutta, verdura e altri condimenti), con succo di ananas, menta e mousse di limone.

6° INCONTRO, 3 dicembre 2016: Camarao na moranga (gamberetti serviti all'interno di una zucca) con riso e verdure e Brigadeiro (dolcetti al cioccolato e cocco).

Il costo totale del corso è di 130 euro, comprensivo di tutti gli ingredienti, dei 6 pranzi al termine delle lezioni e delle ricette che verranno eseguite, con la spiegazione più una breve storia del piatto. Il corso sarà attivato al raggiungimento di un minimo di 10 persone. **Il termine per iscriversi è il 16 settembre 2016.**

**REFLESSOLOGIA PLANTARE:** Agnese Della Noce è un Operatrice in Discipline Bionaturali specializzata in Reflessologia Plantare presso la Federazione Italiana Reflessologia Plantare di Milano. Si è resa disponibile per organizzare un corso che permetterà ai partecipanti di effettuare trattamenti base per mezzo della stimolazione di punti riflessi situati sui piedi. La stimolazione si effettua su punti ben precisi del piede in modo che il messaggio sia decifrato dal cervello e da questo poi mandato all'organo corrispondente. Agendo su questi punti si ha la possibilità di stimolare positivamente l'organo corrispondente; per questo motivo la riflessologia rientra nel settore delle Discipline bio-naturali ed è considerata una tecnica olistica di rilassamento e di benessere globale, che ha lo scopo principale di riportare l'organismo ad uno stato di equilibrio.

Le lezioni si terranno in **4 incontri di sabato dalle 9 alle 13** presso la sede dello Scaip a Brescia in via Collebeato 26 nelle seguenti date:

1° INCONTRO, 1 ottobre 2016

2° INCONTRO, 15 ottobre 2016

3° INCONTRO, 29 ottobre 2016

4° INCONTRO, 5 novembre 2016

Il costo totale del corso è di 160 euro e prevede lezioni teoriche e pratiche con il materiale informativo. Il corso, rivolto ad un numero massimo di 12 persone, sarà attivato al raggiungimento di un minimo di 8 partecipanti. **Il termine per iscriversi è il 30 settembre 2016.**

Per info e adesioni, Lia Guerrini, mail: [promozione@scaip.it](mailto:promozione@scaip.it) o tel. 030 2306873.