

Metti, una Sera, una Cena I FiL Food

**I FiL Food:
Filosofia, Cucina, Spiritualità.**



Iniziative

Mindful Eating

Pausa pranzo, cena e persino colazione: ogni occasione è buona per coltivare l'arte del mangiare con consapevolezza!

Dalla A alla Zuppa

Scegliere gli ingredienti, studiare un menù e realizzarlo per poi gustarlo insieme. Un'esperienza di collaborazione da condividere con amici e colleghi!

Arriva lo Chef



Tutta la bontà di un Menù I FiL Food realizzato da uno Chef professionista da gustare comodamente a casa tua!

I FiL Good

Percorsi di consapevolezza per coltivare una relazione sana e gioiosa con il cibo e con il corpo.

Formazione

Corsi, lezioni e programmi personalizzati per aziende, scuole e piccoli gruppi. In sede o a domicilio.

LE CENE

Se sei un amante del buon cibo, magari con la passione di cucinare, se ti piace avere gente a cena o se sei alla ricerca di occasioni per incontrare persone nuove, sensibili al tema del ben-essere e della crescita personale, **questa è la proposta che fa per te!**

Una Cena I FiL Food è un'occasione di incontro e condivisione, oltre ad essere una vera e propria pratica di consapevolezza.

Le Cene, quindi, sono un momento di scambio, di dialogo e di nutrimento per il corpo, per la mente e per l'anima. Il tutto con la leggerezza che il contesto impone!

IL CIRCUITO

Ti piacerebbe partecipare o organizzare un Evento I FiL Food? Vuoi cimentarti nell'ideazione e nella realizzazione del menù con il metodo IFF, realizzare l'evento a casa tua o nel tuo Locale o, ancora, partecipare ad uno degli incontri organizzati da FilosofiaAmica?

Contattami: daremo vita ad eventi, iniziative, metteremo in contatto persone, competenze, luoghi diversi per giungere, insieme, a rendere la nostra rete di contatti, un vero e proprio circuito IFF.



FilosofiaAmica.it

Info:
Valeria: 349-5231470
valeria@filosofiaamica.it