



# Neuroemotional Food

## 5 Incontri

### Antonella Gramigna

*Il corso propone un viaggio nel mondo del cibo e delle nostre emozioni. Sarà un percorso fuori e dentro di noi, alla scoperta delle emozioni legate al cibo.*



Mangiamo ciò che ci piace. È vero, ma: Perché scegliamo un piatto anziché un altro? È davvero solo questione di gusto? E cosa significa avere “sintonia”, con ambiente e cibo? I colori, gli odori ed anche i caratteri del menu, hanno importanza. Perché?

Il corso affronterà i seguenti argomenti:

- Neuromarketing e cibo
- Come comunicano i nostri sistemi cerebrali
- Emozioni, cibo e influenza degli: odori e dei ricordi
- il cibo e la sua complessità.
- Creazione di una ricetta con l'aiuto di uno Chef descrivendo l'emozione provata, assaggiandola (Show-cooking)

**Date degli incontri:** Dal 15 gennaio 2021 al 12 febbraio

**Costo e Modalità di iscrizione** - Ciclo di 5 incontri a 40 euro. E' necessario iscriversi scrivendo a [info@unipop-pistoia.it](mailto:info@unipop-pistoia.it) iscrizione entro il 10 gennaio 2021

**Antonella Gramigna:** Esperta in comunicazione - promozione della salute - scrittrice

**Giovanni Cozzolino:** Socio terapeuta- ricercatore epigenetica e neuroscienze

**Sabrina Ulivi:** Psicoterapeuta - Neuroimmunomodulazione

**Sara Barbara Guadagnoli:** Lady Chef - URCT