



## Cursos diversos fets recentment



Els alumnes atents a les passes de la professora

### Curs de cuina natural i macrobiòtica

Estem al final d'un curs que ha durat 10 setmanes. Hem fet una introducció a la cuina vegetal amb molt bons resultats.

Cada dia hem elaborat un menú amb 3 o 4 receptes. Totes les persones assistents han participat en l'elaboració, el que ha fet que sigui una classe molt activa. Cada dia al acabar se sent...ummm...que bo! Podem repetir? I una nova paraula per el diccionari: podem **TRIPITIR?**

Una classe activa, divertida, alegre, amb explicacions del que hem anat fent. Una mica de filosofia de tant en tant, *yin i yang* els fa somriure..., és un concepte que no hi estem acostumats, però no té cap importància, vivim la cuina...! quasi ens fiquem dins de les cassoles, volem veure el que passa, l'alquímia de la cuina, el llenguatge dels aliments... Ens agrada! I millorem la nostra salut i la dels nostres fills, que més volem! També hi hem inclòs alguna recepta de remeis casolans.

Cada dia quan arribo sento les aventures culinàries de la setmana. És fantàstic, perquè tothom ho prova i a més amb molts bons



Mostra dels plats fets després de la classe

resultats. Receptes senzilles, fàcils d'elaborar, amb verdures i productes de la regió, encara que, també introduïm algun producte de l'antic Japó.

**Dolors Mussons - Experta en cuina Natural i Macrobiòtica.**

(\*) A causa de l'èxit del curs d'inicis de primavera se'n va organitzar una altre entre abril i juny

### Curs de dansa oriental

«Una de les més antigues que hi ha actualment procedent de rituals religiosos, se'ls atribueix funcions de fecunditat i/o maternitat. Els països d'Orient Mitjà s'atribueixen la seva paternitat i

