

# SPACE FOOD E YOGA NEI CHIOSTRI DI CREMA

PER IL FESTIVAL CULTURAL-GASTRONOMICO **I MONDI DI CARTA** TRE GIORNI DI INCONTRI, SHOWCOOKING E LABORATORI



**È** affidata a un concerto di campane nei chiostri del convento di Sant'Agostino (nella foto) a Crema l'inaugurazione, venerdì 9 alle 20.30, della rassegna cultural-gastronomica **I Mondì di Carta** ([www.imondidicarta.it](http://www.imondidicarta.it)). Tre giorni di festival con il cibo come filo conduttore, insieme alla musica, agli incontri

con gli scrittori e a momenti di counseling gratuiti con psicologi, nutrizionisti e naturopati. Tra una degustazione e uno showcooking, c'è anche la possibilità di seguire i laboratori di yoga e meditazione, per imparare semplici tecniche di rilassamento, concentrazione e corretta postura. Sabato 10 si parla di "space food", ovvero di cosa ha mangiato l'astronauta Samantha Cristoforetti durante la missione Futura, con lo chef Stefano Polato, l'imprenditore David Avino e il nutrizionista Andrea Pezzana. Domenica 10 Giulia Tacchini insegna a preparare biscotti con grilli e locuste, mentre la scrittrice Sveva Casati Modigliani presenta il suo ultimo libro *La vigna di Angelica*, storia di una giovane imprenditrice. (g.o.)

