

MARTEDÌ 10  
FEBBRAIO 2026  
DALLE 18:00 ALLE 19:30  
VIA MARAGLIANO, 66  
FIRENZE

**TECUM**  
CUCINA DI QUARTIERE

**DIETA? NO, GRAZIE!**

**(R)ESISTENZE**

## ARMANDO SARTI

**Dieta? No, grazie!**

Il rapporto tra cibo e benessere può essere gioioso e senza imposizioni? Tra scelte consapevoli, utilizzo di materie prime di qualità e buone abitudini, scopriremo come gustare pasti sani e saporiti da condividere con gli altri.

**Armando Sarti** è medico, specialista in cardiologia, pediatria, anestesia e rianimazione. Autore di saggi e articoli scientifici, si è dedicato alla divulgazione su prevenzione cardiovascolare, alimentazione e stili di vita

Evento gratuito con posti limitati a 30 partecipanti. È gradita la prenotazione scrivendo a [info@tecumfirenze.it](mailto:info@tecumfirenze.it) o chiamando il 055 024 6022. Chi lo desidera potrà trattenersi per la successiva cena conviviale, indicandolo al momento della prenotazione.

**2026**

**GENIUS LOCI 2026**