



Comunicato stampa

## *Cervia, la spiaggia ama il libro*

La celebre Food Blogger **Annalisa Calandrini**

presenta a Cervia *“Amarsi cucinando sano.*

*Le ricette romagnole della nonna rivisitate in chiave salutista”*

*(ed. Il Ponte Vecchio)*

**Giovedì 2 agosto 2018**

Ore 18.00 – JUST CAFE’ - Lungomare G. Deledda, 98 – Cervia

***Fino al 15 agosto i migliori volti del panorama letterario e giornalistico nazionale si daranno il cambio per festeggiare la 26° edizione della manifestazione estiva dedicata ai libri più longeva ed imitata d’Italia.***

*La rassegna letteraria è un appuntamento immancabile per molti turisti e cittadini grazie ai quali, ogni anno, cresce la sua rilevanza nazionale - essendo oramai divenuta punto di riferimento culturale dell’estate.*

*“Cervia, la spiaggia ama il libro” è uno straordinario contenitore letterario dove il testo scritto diventa libro parlato, incrociando pensieri ed emozioni, fino a ferragosto ventinove giorni di appuntamenti sullo sfondo del mare e del sole, ventiquattro incontri con gli autori, ventisette scrittori e tanti giornalisti coinvolti a intervistare i protagonisti.*

*La manifestazione dedicata alla “Riviera dello Sport” è organizzata dell’Associazione Culturale “Cervia, la spiaggia ama il libro” con la collaborazione di Confcommercio Ascom Cervia e con il patrocinio e il contributo del Comune di Cervia.*

Un dono editoriale per tutti coloro che amano il cibo, la buona cucina e se stessi per sperimentare il giusto mix tra piacere della tavola e salute. **Giovedì 2 agosto** alle **ore 18.00** presso Just Cafè (Lungomare G. Deledda n. 98, Cervia) la naturopata e Food Blogger **Annalisa Calandrini** presenta le sue ricette raccolte nel volume *“Amarsi cucinando sano. Le ricette romagnole della nonna rivisitate in chiave salutista”* – ed. Il Ponte Vecchio.

Amante della cucina, sperimenta piatti e ricette salutari nel suo blog Amarsicucinandosano dove unisce la tradizione romagnola tramandatagli dalla nonna alle nuove realtà: farine integrali senza glutine, frutta secca, ingredienti sani e naturali e soprattutto tante verdure.

Conduce la giornalista **Sabrina Sgalaberna**.

L’incontro è organizzato in collaborazione con **Terme di Cervia**.

**Tutti gli incontri con l’autore sono a ingresso gratuito. In caso di maltempo gli eventi si terranno presso Confcommercio Ascom Cervia in Via G. Di Vittorio n. 26.**

**Il libro:** il volume vuole essere un dono proprio per tutti coloro che amano il cibo, la buona cucina, ma che amano anche se stessi e vogliono sperimentare il giusto mix tra piacere della tavola e salute. La cura del nostro io non sta solo nella facciata, ma anche all’interno; prendersi cura di sé stessi è il miglior regalo che ogni giorno possiamo farci, anzi, che dobbiamo farci partendo proprio da una sana alimentazione: Amarsi Cucinando Sano è nato proprio per questo! Un ricettario della tradizione romagnola rivisitato in chiave salutista dove ricordi sereni della nonna materna han lasciato il segno nella vita di Annalisa che spera di poter conquistare anche voi con i consigli della naturopata sotto ogni ricetta.

**L’autrice: Annalisa Calandrini** nata a Forlì, naturopata a 360°, dallo stile di Vita all’Alimentazione, è la Food Blogger di AmarsiCucinandoSano; ama prendersi cura di sé e dei suoi cari attraverso un’alimentazione naturale, sana, equilibrata e bioenergetica. Dopo un problema di salute, ha cambiato completamente vita, lasciando un lavoro certo a tempo indeterminato per un lavoro incerto, che si è costruita da sola avvicinandosi

al mondo della naturopatia e del benessere. Naturopatia significa anche questo, cura del proprio io ma soprattutto cura del proprio io interiore, anima & psiche perché spesso è da lì che parte la malattia; è ciò che cerca di trasmettere nelle sue consulenze private come naturopata. E' consulente alimentare per diverse aziende, realtà in crescita con prodotti sani ed innovativi; scrive articoli sulla salute e tiene conferenze nell'ambito dell'alimentazione e del benessere. Amante dei viaggi che l'hanno portata a fare studi sulla longevità in giro per il mondo, intervistando nel ruolo di ricercatrice ultra-centenari nelle famose Blue Zones (zone ad alta concentrazione di longevi).

**Cervia, la spiaggia ama il libro** è promossa dall'Associazione Culturale Cervia, la spiaggia ama il libro con il patrocinio e il contributo del Comune di Cervia e si avvale della collaborazione di Confcommercio Ascom Cervia, Camera di Commercio di Ravenna, Comune di Cervia, APT Servizi Emilia Romagna, Il Resto del Carlino-Quotidiano Nazionale, Batani Select Hotels, Ponzi srl, Yoga, Paradiso Hotel Bovelacci, Bagnaresi Lara consulente finanziario private, Consorzio Tutela Aceto Balsamico Tradizionale di Modena D.O.P., Hotel Gambrinus & Strand, Terme di Cervia, Cuore di Carta, Si Frutta, Libreria Mondadori di Cervia e Libreria Librolandia di Milano Marittima. La rassegna letteraria si avvale del patrocinio del Consiglio Nazionale Ordine dei giornalisti e del Centro per il libro e la lettura.

Organizzazione: Cervia, la spiaggia ama il libro  
c/o Confcommercio Ascom Cervia Via G. Di Vittorio, 26 - 48015 Cervia  
tel. 0544 913913 - 335 8484657  
[www.cerviamailibro.it](http://www.cerviamailibro.it) – [info@cerviamailibro.it](mailto:info@cerviamailibro.it) -

seguiteci anche su  
**Facebook** Cervia Ama il Libro  
**Instagram** cervia\_spiaggiaamaillibro  
**Twitter** Cervia ama il libro