



### ASSOCIAZIONE AL QAFILA

Progetto «Macramè Spazio-Donne» finanziato da  
Comune di Milano e Regione Lombardia  
Programma per le politiche d'integrazione concernente l'immigrazione  
fondi 2006/2007

## Associazione Al Qafila è lieta di invitarvi al **laboratorio di cucina aperto alle donne** **“il cous cous di Karima”**

### **domenica 12 febbraio 2012**

ore 10.00 - 16.00

presso la Cooperativa Tempo per l'Infanzia  
via Bechi 9 - Milano MM1 Gorla

#### **Programma della giornata:**

9.45

appuntamento alla fermata del metro mm1 gorla (sopra)

10.00-13.00

laboratorio aperto alle donne di preparazione del cous cous di carne e vegetariano  
tenuto da un'esperta marocchina:

- Sapori e saperi: tempi e luoghi della tradizione
- Pentole e padelle: gli utensili da usare e i tipi di cottura
- Spezie e dintorni: come insaporire i cibi in modo sano

13.00 – 15.00

degustazione dei piatti preparati invitando anche le famiglie delle donne  
partecipanti (ogni donna può portare qualcosa da mangiare da condividere)

15.00 – 16.00

saluti e chiusura laboratorio

e inoltre spazio gioco per bambini dagli 0 ai 10 anni dalle 10 alle 12.30

per informazioni e per confermare la vostra presenza:

[progettomacrame@hotmail.com](mailto:progettomacrame@hotmail.com)

345-2331622

In collaborazione con



LA CITTÀ DEL SOLE



Con il contributo di



**fondazione  
cariplo**