

SaronnoNews

Marco Bianchi presenta “Mollo tutto e mangio sano”: un invito a rallentare e tornare alla natura

Tommaso Guidotti · Tuesday, November 4th, 2025

Una serata per parlare di scelte consapevoli, alimentazione sana e stili di vita più sostenibili: è quella in programma giovedì 13 novembre alle ore 20:45 alla Biblioteca Frera, dove sarà ospite Marco Bianchi, divulgatore scientifico e volto noto della promozione della sana alimentazione in Italia.

Un nuovo libro, una nuova direzione

Bianchi presenterà il suo ultimo libro, edito da Rizzoli, dal titolo “Mollo tutto e mangio sano” (2025). Un racconto personale e insieme collettivo, che parla di cambiamento e di ritorno alle origini, tra pause necessarie, ingredienti genuini e ricette che uniscono salute e gusto. Un invito a rallentare, a riscoprire la natura e a portare un po’ di campagna anche nelle giornate più frenetiche.

Il benessere comincia dalla tavola

Nato a Milano nel 1978, Marco Bianchi è divulgatore scientifico per la Fondazione Umberto Veronesi. Attraverso libri, programmi televisivi e progetti digitali, promuove da anni i fattori protettivi della dieta e le buone pratiche alimentari come strumento per migliorare la qualità della vita. Il suo approccio è pratico e alla portata di tutti, con l’obiettivo di rendere la cucina sana anche gustosa e semplice da replicare.

L’incontro sarà a ingresso libero fino a esaurimento posti.



Incontro con l'autore



MARCO BIANCHI



PRESENTA IL SUO NUOVO LIBRO

GIOVEDÌ 13 novembre 2025 - ORE 20.45
BIBLIOTECA FRERA

conduce Eva Musci - evento in collaborazione con



Nel corso della serata è possibile acquistare il libro e farlo autografare dall'autore

Biblioteca Frera - via Zara, 37 - 21049 TRADATE telefono 0331 841820 - email: bibliotecafrera@comune.tradate.va.it

This entry was posted on Tuesday, November 4th, 2025 at 12:57 pm and is filed under [Varesotto](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.

