

ATELIERS DIETETIQUES



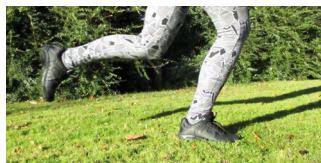
13/02/18 - 19h à 20h30

Après ma grossesse, je reprends un bon rythme alimentaire



13/03/18 - 19h à 20h30

Végétarisme ou végétalisme, choisir les bons produits



17/04/18 - 19h à 20h30

Se nourrir et s'hydrater avant, pendant et après le sport



15/05/18 - 19h à 20h30

Préparer des semaines de menus variés et équilibrés



12/06/18 - 19h à 20h30

Comprendre les étiquettes, un vrai casse-tête !



25/09/18 - 19h à 20h30

C'est la rentrée, comment composer lunch et goûter ?



23/10/18 - 19h à 20h30

Diminuer le sel ne signifie pas sans goût !



20/11/18 - 19h à 20h30

Un repas de fête équilibré et gourmand, oui c'est possible !

Aurélié DAUVIN

Diététicienne - Nutritionniste

**Au centre Les Bruyères
(Ch de Tubize 163 1440 Wauthier-B)**

**Inscription : 0495/64.15.97
www.dietetiquedauvin.com**

**Un atelier : 20€/personne
Pack 3 ateliers : 50€/personne**

**Inscription souhaitée
Places limitées**