

ATELIERS DIETETIQUES



21/02/18 - 19h à 20h30

Faire attention à sa ligne
sans faire régime



21/03/18 - 19h à 20h30

Comprendre les étiquettes,
un vrai casse-tête !



11/04/18 - 19h à 20h30

Après 60 ans, à quoi faire attention
pour garder la forme ?



09/05/18 - 19h à 20h30

Diminuer le sel ne signifie
pas sans goût !



20/06/18 - 19h à 20h30

Végétarisme ou végétalisme,
choisir les bons produits



19/09/18 - 19h à 20h30

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



17/10/18 - 19h à 20h30

Les bons gestes pour diminuer
mon cholestérol



14/11/18 - 19h à 20h30

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

Aurélié DAUVIN

Dététicienne - Nutritionniste

**Au centre ABC Santé
(Rue de la Station 21 6181 Gouy)**

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

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

**Inscription souhaitée
Places limitées**