



Claire Devilliers | NATUROPATHE

(Diplôme certifié par la FÉNA)

# L'ATELIER VÉGÉ !

Thème

## L'ÉQUILIBRE VÉGÉTARIEN

**LUNDI 12 NOVEMBRE**

à LAMBERSART

18h-21h



Vous êtes végétarien ou tout simplement curieux de découvrir une autre façon de cuisiner ? Voilà un atelier de découverte accessible à tous qui allie théorie et pratique !

### LE CONCEPT



- THÉORIE : les grandes règles de l'équilibre d'une assiette végétarienne
- PRATIQUE : préparation d'un menu complet végétarien bio, puis dégustation et échanges

- o Un menu complet, 100% bio et de saison
- o Trucs et astuces pour une cuisine quotidienne rapide
- o OFFERT : synthèse théorique et fiches recettes du menu

Tél. : **06 25 56 22 34** - site : [www.clairedevilliers-naturopathe.fr](http://www.clairedevilliers-naturopathe.fr)

**LIEU** 64 avenue du président Kennedy - 59130 LAMBERSART

**TARIF** 45 euros/personne (repas et boisson compris)  
Inscription obligatoire par mail ou téléphone, validée à réception du paiement.

Cet atelier peut être organisé à **DOMICILE** (me contacter pour les modalités)