



Claire Devilliers | NATUROPATHE

(Diplôme certifié par la FÉNA)

## L'ATELIER VÉGÉ !

### COLLATIONS SAINES ET GOURMANDES

NOUVEAU !

**MARDI 3 DÉCEMBRE**  
à LAMBERSART (18-20h)



Pour les grands aussi, la collation de la matinée ou de l'après-midi peut parfois s'avérer nécessaire... à condition de privilégier certains aliments.

Venez cuisiner de délicieuses recettes à emporter au travail, au sport ou à partager en famille. Faciles à réaliser, ces douceurs devraient ravir les parents... comme les enfants !

#### LE CONCEPT



- THÉORIE : Que manger en collation ? Quelle place donner au sucre dans l'alimentation ?
- PRATIQUE : cuisinez 3 recettes de collation !

- o 3 RECETTES de collations et goûters du quotidien
- o OFFERT : synthèse théorique et fiches recettes

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.  
Inscription obligatoire par mail ou téléphone, validée à réception du paiement.

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