



Thèmes d'activités culinaires santé:

CONFÉRENCES

- Je mange donc nous sommes- Les bases de l'alimentation saine au travail
- Manger pour performer au travail
- La gestion du stress par l'alimentation

DÉMONSTRATIONS CULINAIRES:

- Smoothies & laits de noix
- Déjeuners énergisants
- Boîtes à lunch
- Collations santé
- Desserts santé et gourmands
- Les mystères du chocolat