

Dans le cadre et l'esprit du Développement Durable
& de la Santé Durable

BIOcuisines & ses Nutriments

Une autre Approche pour cuisiner et comprendre la Santé



De A à Z issus de l'agriculture Biologique

présente

ATELIERS&COURS DE CUISINE DU MIEUX-ÊTRE

Pour retrouver une meilleure santé ou la garder

Atelier – 2h00

AVRIL 2013

OBJECTIFS

- Réaliser un menu Énergisant & Vivifiant de façon simple
- Apprendre à moins cuire et à moins « nuire » les aliments
- Apprendre à mieux les combiner
- Des plats bons en bouche & bons pour le métabolisme

ASPECTS LOGISTIQUES

- Maximum 10 personnes, minimum 4 personnes
- Salle Astronex - rue des Evaux 2, Onex/Genève

Dates : 12 avril 10h-12h – 17 avril 10h-12h – 24 avril 10h-12h

PRIX PAR ATELIER

- Prix p/ personne et par cours – végétarien = Chf 40.-
- Prix p/ personne et par cours – avec poisson ou viande = Chf 50.-
- INSCRIPTIONS: paulaotero71@yahoo.com ou 022 345 48 05

Plus d'informations sur : BIOcuisines & ses Nutriments