

# Atelier de cuisine vivante

« des friandises qui vous veulent du bien »

*Alternative santé aux chocolats de Pâques...*

**Samedi 26 mars 2016**



Venez **explorer l'alimentation vivante**, faite à base d'aliments crus et sans cuisson, et ses intérêts pour votre santé.

**Découvrez les « superaliments »** et comment les utiliser.

**Réalisez de délicieuses friandises**, alternative santé aux chocolats de Pâques, qui raviront les gourmands qui vous entourent.

Pour agrémenter cette matinée, je vous propose de **déguster un jus de fruits et légumes frais** accompagné de ces petites douceurs...

Atelier Animé par **Aurore BROCHIER**  
**Diététicienne** spécialisée en  
alimentation vivante et  
micronutrition

**[www.ouvrir-ses-ailes.fr](http://www.ouvrir-ses-ailes.fr)**

**Association**  
**« Autour de l'être »**

**Lieu:** « la vallée rieuse »  
542 route du Massot  
38500 COUBLEVIE

**Horaires:** 9h - 11h30

**Tarif:** 45€