

NUTRITION pour tous
Web formation en direct

*Les bases de la nutrition pour **une santé optimale et autonome** du corps et de l'esprit
Pour mettre en pratique chez vous les notions abordées , de les partager et de les appliquer au quotidien en famille.
Pour tous ceux et celles qui souhaitent investir dans leur santé en mangeant mieux !*

Forfait de 10 modules en direct
échanges et FAQ via la vidéo
supports et documents supplémentaires envoyés par mail

~~un jeudi par mois // module de 2h00~~
horaires à déterminer en fonctions des inscriptions

TARIFS dégressifs
300€ les 10 modules à partir de 5 personnes
250€ les 10 modules à partir de 10 personnes
200€ les 10 modules à partir de 15 personnes
150€ les 10 modules à partir de 20 et plus
35€ le module seul

payables en 1 ,2 ou 3 chèques (ou virements)

Un jeudi par mois
le matin ou/et en soirée
en fonction des inscriptions et disponibilités de chacun

L'alimentation au cœur de notre santé

Intoxication profonde de l'organisme due à une mauvaise alimentation

le rôle essentiel des intestins

l'équilibre acido-basique

l'alimentation vivante

les éléments vitaux (eau, vitamines et minéraux

les protéines

les glucides

les lipides

l'assiette équilibrée