

# REINVENTER SON ALIMENTATION EN 3 JOURS 3 JOURS POUR VIVRE L'ALIMENTATION SANTE

Au gîte « Entre Ciel et Pierres »

495, chemin des Falaises  
Le Charmeil  
38680 Presles

2-3-4 juin 2023

200 euros

(formation, hébergement, repas)

## Faire évoluer son alimentation pour garder santé, vitalité, énergie ?

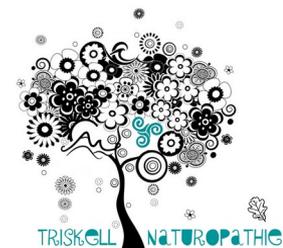
*Vous avez envie de changer votre alimentation (ou on vous l'a conseillé),  
mais vous ne savez pas comment faire ou cela vous semble insurmontable ?  
Vous êtes perdu dans les recommandations nutritionnelles dispensées dans les magazines?*

**Cécile Konn, Naturopathe – Heilpraktiker,**

*vous propose d'apprendre les bases de l'alimentation santé, et  
de façon pratique à changer ses habitudes alimentaires au long cours, sans frustrations et à son rythme.*

*Ce que les étiquettes alimentaires nous apprennent, quels ustensiles de cuisine privilégier,  
comment cuisiner sain et traditionnel, quand et comment substituer le blé et les produits laitiers,  
comment cuisiner cru et bon, vivant et bon, végétarien et bon, végan et bon ?*

**Venez vivre l'expérience d'une alimentation santé pendant 3 jours au  
coeur du Vercors dans un cadre magique!**



Renseignements  
et inscriptions  
06.86.08.87.00

[cecile@triskellnaturopathie.fr](mailto:cecile@triskellnaturopathie.fr)  
[www.triskellnaturopathie.fr](http://www.triskellnaturopathie.fr)