

Alimentation et cholestérol



Un atelier conçu pour...

- › Comprendre le cholestérol, les facteurs de risques, son mode de fonctionnement, ses impacts sur le long terme.
- › Aborder l'équilibre alimentaire chez les personnes atteintes de cholestérol.
- › Développer les compétences de chacun afin d'être acteur de sa santé.
- › Transmettre des recettes faciles et délicieuses.
- › Valoriser les savoir-faire.

Pour qui ?

6 adultes



Atelier
1h30

A domicile, temps d'échanges sur cette pathologie et les questions que vous vous posez.

Préparation de recettes adaptées, saines et savoureuses puis dégustation tous ensemble.

Pour en savoir plus...

Céline Leprince Diététicienne-Nutritionniste
06 81 17 31 81 \ cleprince@sensetsavoirs.com

Nous intervenons sur Lyon et sa périphérie et adaptons le contenu de nos ateliers.

Pour que santé rime avec plaisir