



# Vegan, végétarien, flexitarien, crudivoriste : quels bénéfices, quels risques ?



Mme BRADASCHIA Valentina

## INFORMATIONS



Visio-conférence



Début le mardi 01 juin 2021



DURÉE : 02:00

Prix : **5.00 €**

PROFILS : Naturopathe

### PRE REQUIS :

A distance : avoir un ordinateur, une tablette ou un smartphone (utilisation de la plateforme Zoom). Afin de suivre la conférence dans de bonnes conditions, il faut impérativement une bonne connexion internet.

Aucune connaissance préalable n'est nécessaire.

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 5MU1185

## DESCRIPTION

L'alimentation est l'un des piliers pour rester en bonne santé. Alors, quel type d'alimentation choisir dans une hygiène de vie globale, sans que ce soit préjudiciable à votre santé ?

Apprenez à mettre en place de petits changements dans le quotidien pour améliorer votre santé.

Diaporama avec remise de documents afin d'être mieux informé sur les différents types d'alimentation.



# Vegan, végétarien, flexitarien, crudivoriste : quels bénéfices, quels risques ?



Mme BRADASCHIA Valentina

## OBJECTIFS

Permettre aux participants de mettre en place des petits changements dans le quotidien pour améliorer leur santé.

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mardi	01-06-2021	19:00	02:00	VISIO-CONFERENCE