



ATELIER GOURMAND

équilibre alimentaire
& plaisir

en partenariat avec **Anaëlle Lepage**

Anaëlle Lepage, Diététicienne-Nutritionniste et membre du Réseau Maigrir 2000, et **La Cuisine de Lolie** s'associent pour un Atelier Gourmand ayant pour thème **l'équilibre alimentaire**. Le but de cet Atelier s'inscrit dans la démarche d'Anaëlle Lepage qui a pour adage : « apprendre à **mieux manger** et prendre du **plaisir** à table ! ». Mais c'est aussi la démarche de la Cuisine de Lolie qui propose des **produits frais**, de **saison**, avec une cuisine exclusivement **faite maison**, excluant les produits issus de l'industrie agro-alimentaire pour une **alimentation plus saine**. Il s'agit en outre de proposer lors de cet Atelier des **recettes faciles** à réaliser à la maison, rapidement et pour toute la **famille**.

>> **jeudi 28 mai / 18h30-20h30**

36€



La Cuisine de Lolie

0386 88 43 51

75 Grande Rue • Sens • www.lacuisinedelolie.fr • [f cuisine.delolie](https://www.facebook.com/cuisine.delolie)



Anaëlle Lepage

06 25 04 05 63

dieteticien-nutritionniste-sens.maigrir2000.com

2 ter rue de Mondereau • Sens