

RENCONTRE SANTÉ EN LIGNE



UNE ASSIETTE EQUILIBREE : *vite fait & bien fait !*



*Samedi 6
février 2021*

de 9h30 à 10h30

**EN VOUS CONNECTANT
AU SITE LIVESTORM
VIA LE LIEN :**

<https://cutt.ly/ChKO430>

GRATUIT

Inscription
en ligne
obligatoire avant
l'évènement



#Rencontresanté

CONFERENCE EN LIGNE POUR

- Apprendre à conjuguer plat équilibré et emploi du temps bien chargé
- Connaître les indispensables du placard et savoir composer sa liste de courses
- Partir à la découverte du «batch-cooking» ou du «meal prep»
- Comprendre l'intérêt du fait-maison pour la santé et le porte monnaie

**NOS ATELIERS SONT DISPOS APRES
L'ÉVÈNEMENT EN REPLAY A LA DEMANDE**

<https://cutt.ly/8hW2dLA>

Retrouvez tous nos rendez-vous santé
dans la rubrique *événements* de notre site internet :
www.grandest.mutualite.fr