



# Cuisine - RAW Food ou Alimentation crue

<b>Description</b>	Des recettes inédites, sans lait, sans œufs, sans farine, et sans cuisson... C'est la magie de l'alimentation vivante ! Une cuisine qui transforme le moins possible l'aliment afin d'en préserver au maximum ses bienfaits. Venez découvrir combien cette cuisine est goûteuse, réactive et apporte des bienfaits au quotidien.		
<b>Contenu</b>	Apporter : <ul style="list-style-type: none"><li>• un tablier</li><li>• une ou deux boîtes de conservation</li><li>• de quoi prendre des notes</li></ul>		
<b>Prérequis</b>	Aucun		
<b>Groupe cible</b>	Adultes dès 16 ans		
<b>Objectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Comprendre les vertus et bienfaits de l'alimentation crue</li><li>• Intégrer et augmenter d'avantage d'aliments crus au quotidien</li><li>• Elaborer un menu tout cru équilibré et sain</li></ul>		
<b>Date</b>	27.10.2020 - 03.11.2020 / E_1439496		
<b>Horaire</b>	18:30 - 21:00 h		
<b>Jours</b>	Ma		
<b>Durée</b>	2 Jours de cours. Total 6.00 périodes à 50 minutes		
<b>Ecolage</b>	CHF 189.00		
<b>Lieu du cours</b>	Esplanade de Pont-Rouge 2, 1212 Grand-Lancy		
<b>Dates</b>	<b>Jour</b>	<b>Date</b>	<b>Heures</b>
	1 Ma	27.10.2020	18:30 - 21:00
	2 Ma	03.11.2020	18:30 - 21:00