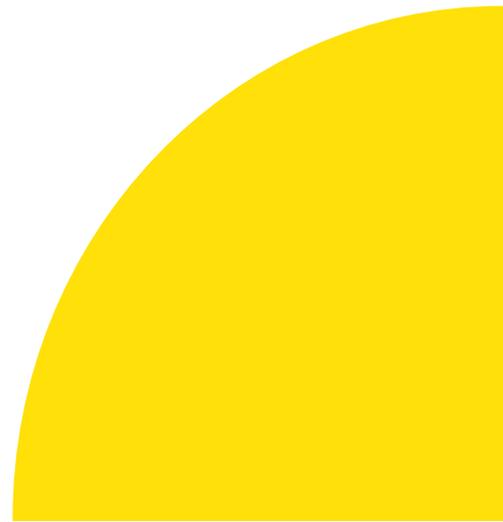




Mettez de la vie dans vos équipes,
prenez soin de leur santé

Alimentation & Nutrition





Diététicienne diplômée, je me ferai un plaisir d'intervenir au sein de votre entreprise pour offrir à vos employés ou à vos clients une prestation dynamique et ludique.

Parce-que l'apprentissage passe essentiellement par l'expérience, laissez vous transporter dans des ateliers propices aux échanges, au partage et à la sensibilisation. L'objectif est de rendre le moment unique et enrichissant ; que les participants trouvent leur place par la cohésion d'équipe.

Vous trouverez ci-après un panel d'ateliers que je suis en mesure de vous proposer. Je reste cependant à votre disposition pour répondre au mieux à vos attentes et vous présenter un projet sur mesure.

- Rencontre des Chefs - *Programme Diet&Chef* -

Quand une diététicienne rencontre les chefs incontournables de Caen, ça donne le "Programme Diet&Chef".

Expérience unique autour de la haute gastronomie, des sensations alimentaires, de la cuisine locale... De la dégustation à l'aveugle à la réalisation d'un plat, ce programme sera un souvenir inoubliable pour vos collaborateurs.



● Conférence/Débat participatif/Bilan individuel

- Sensibilisation sur l'Équilibre Alimentaire
- Évolution des plaisirs de la table au fil des siècles
- L'écoute de ses sensations alimentaires et pleine conscience
- Santé environnementale, agir pour sa santé
- Installation d'un stand nutrition dans votre entreprise
- Prise en charge individuel de vos salariés et relevé d'impédancemétrie

● Jeux, Quizz, Animation

- Apprendre à lire les étiquettes
- Faire son menu pour la semaine
- Je fais de mes restes un festin
- Grand quizz de l'alimentation
- Jeu de plateau en équipe
- Animation avec le vélo à smoothie

*Animation
coup de coeur* 

● Atelier cuisine

- Cuisiner les légumes de l'entrée au dessert
- Equilibrer son petit déjeuner / goûter
- Apprendre la lactofermentation
- Cuisiner végétal
- Maîtriser la cuisine à Index Glycémie Bas
- Découvrir les épices & aromates pour limiter le sel

*Jusqu'à 8
personnes*





Ils m'ont fait confiance



Contactez-moi et échangeons



06.84.93.24.27



info@celine-tissot.fr



www.celine-tissot.fr



Cabinets Potigny Bavent Bénouville

