

Votre magasin **Avril Supermarché Santé**
Centre Laval
Cours sur l'alimentation
Avec Sylvie Leblanc, n. d.

**Plus de 35 ans d'expérience
dans le domaine de la santé et l'alimentation**

Au menu des rencontres :
Dégustations, recettes, astuces et informations didactiques

Saison Hiver-printemps 2020 (une rencontre mensuelle)

# 1	Lundi 30 mars 19h	« Les différents types de gras (animal et végétal), leurs usages et vertus spécifiques, dans vos marinades, vinaigrettes, gâteaux, biscuits, pains, etc. » (Recettes, trucs, astuces santé)
# 2	Lundi 27 avril 19h	« Des trucs pour remplacer facilement dans vos recettes : les mauvais sucres, les mauvais gras, les produits laitiers, les œufs, le gluten, etc. »
# 3	Lundi 25 mai 19h	« Les épices et aromates des alliés pour votre santé » comment utiliser les vertus thérapeutiques et le plaisir que vous offre ce coffre aux trésors : recettes, idées pour vos jardins. Créer vos remèdes maison...

Faites vite, 8\$ + taxes (places limitées)

Inscription payable d'avance aux caisses en magasin

www.sylvieleblanc.com

Ou (450) 965-7352