



Programme – coaching achats alimentaires

Pourquoi suivre ce programme ?

- Vous souhaitez optimiser vos achats alimentaires ?
- Vous souhaitez apprendre à déchiffrer les étiquettes et déjouer les pièges du marketing alimentaire ?
- Vous cherchez des bons produits dans votre région ?
- Vous souhaitez découvrir de nouveaux aliments sains ?
- Vous aimeriez faire le tri dans vos placards ?

Ce programme est fait pour vous si vous avez répondu oui à une ou plusieurs de ces questions

Les points forts du programme

- Un accompagnement personnalisé selon les objectifs que vous aurez fixés
- Une méthode adaptée à vos goûts et votre budget
- Une approche concrète permettant une mise en œuvre immédiate

Tarif CHF 245.- incluant

- 1 séance de coaching à votre domicile et 1 séance de shopping
- Livret : les bases d'une bonne alimentation
- Des propositions de menus et des recettes
- Une liste des bonnes adresses