



# ATELIER VEGGIE CHALLENGE BURGER



## POURQUOI Mettre en place UN Atelier « Veggie Challenge Burger »

- ✓ Oser des **challenges** « Cuisine végétale et s'en ravir
- ✓ Découvrir les **bienfaits de l'alimentation végétale**
- ✓ **Déstresser et détendre** les collaborateurs
- ✓ **Favoriser la communication** au sein des équipes
- ✓ **Consolider les liens** et savourer un challenge original

*Avec la présence d'un spécialiste, l'Atelier « Veggie Challenge Burger » permet de découvrir le plaisir de composer de délicieux burgers créatifs judicieusement agrémentés avec des protéines végétales pour redonner du tonus, retrouver la vitalité et approfondir les connaissances de produits naturels de saison et locaux. Idéal pour changer d'attitude alimentaire et déborder de vitalité !*

*Point de rencontre entre Épicurisme et Bien-Être ...*

## A qui s'adresse cette animation ?

L'alimentation végétale est reconnue et démontrée scientifiquement pour améliorer le poids corporel, les facteurs de risques cardio-vasculaires, les marqueurs de stress oxydants ... Ses **bienfaits sont incontestables pour notre santé** et sa **dimension naturelle** fait de plus en plus d'adeptes. Cet atelier ludique et créatif permet de **challenger** au bonheur des « **néo-gourmets** »

### Durée de formation

½ journée ou 1 journée  
Plusieurs jours

### Nombre de participants

Ceux qui le souhaitent

### Logistique animation

- Prise en charge totale de l'évènement
- Nécessité d'un point d'eau proche

**Lieu :** En interne