



ACADÉMIE VÉGÉTALE
— santé & plaisir gourmand —

Cours de Cuisine Santé

Plus de légumes. Plus de produits locaux & biologiques. Plus de conscience. Plus de plaisir.
www.academievegetale.com - Suivez-nous sur Facebook & Instagram

Cours en classe

COURS D'1H - 30\$+tx

Gestion du stress par l'alimentation

Jeudi 13 février 2020 - 19h15 à 20h15

Pousses & germinations

Lundi 2 mars - 18h à 19h

Soupes d'hiver

Mercredi 12 novembre - 18h à 19h

Sauces à spaghetti végétales

Mercredi 12 novembre - 19h15 à 20h15

Sauces salades

Lundi 2 mars - 19h15 à 20h15

COURS DE 7H - 195\$+tx

Cuisine Vivante

(Le cours de base complet)

Dimanche 19 avril - 10h à 17h

Retraites

Yoga & Alimentation saine - 295\$+tx

7 au 9 février 2020, à Sutton, Cantons-de-l'Est

COURS DE 3H - 95\$+tx

Cuisine marocaine

Mercredi 19 février - 18h à 21h

Boîtes à lunch

Mardi 3 mars - 18h à 21h

Lundi 11 mai - 18h à 21h

Kombucha & fermentations

Mercredi 6 mai - 18h à 21h

Déjeuners Santé

Mardi 10 mars - 18h à 21h

Comfort Food

Mardi 4 février - 18h à 21h

Cuisiner au déshydrateur

Mercredi 11 mars - 18h à 21h

Plateforme en ligne

Accessible 24h/24 + Consultable autant de fois que vous voulez et aussi longtemps que vous voulez
+ Possibilité de poser des questions aux professeurs

Cuisine Vivante - 109\$+tx

Kombucha & Fermentations - 65\$+tx

Cuisine Végétale sans allergènes - 65\$+tx

Cuisine du monde (Mexique + Japon) - 65\$+tx

Conférences & Soirées Ciné-Débat gratuites

Rendez-vous sur notre site web pour connaître les dates - www.academievegetale.com



ACADÉMIE VÉGÉTALE
— santé & plaisir gourmand —

Cours de Cuisine Santé

Plus de légumes. Plus de produits locaux & biologiques. Plus de conscience. Plus de plaisir.
www.academievegetale.com - Suivez-nous sur Facebook & Instagram

FÉVRIER

Comfort Food

Mardi 4 février - 18h à 21h - 95\$+tx

Retraite de Yoga & Alimentation Saine

Du 7 au 9 février 2020 - 295\$+tx

Soupes d'hiver

Mercredi 12 février - 18h à 19h - 30\$+tx

Sauces à spaghetti végétales

Mercredi 12 février - 19h15 à 20h15 - 30\$+tx

Gestion du stress par l'alimentation

Jeudi 13 février 2020 - 19h15 à 20h15 - 30\$+tx

Cuisine marocaine

Mercredi 19 février - 18h à 21h - 95\$+tx

MARS

Pousses & germinations

Lundi 2 mars - 18h à 19h - 30\$+tx

Sauces salades

Lundi 2 mars - 19h15 à 20h15 - 30\$+tx

Déjeuners Santé

Mardi 10 mars - 18h à 21h - 95\$+tx

Cuisiner au déshydrateur

Mercredi 11 mars - 18h à 21h - 95\$+tx

AVRIL

Cuisine Vivante

(Le cours de base complet)

Dimanche 19 avril - 10h à 17h - 195\$+tx

MAI

Cuisine marocaine

Lundi 4 mai - 18h à 21h - 95\$+tx

Kombucha & fermentations

Mercredi 6 mai - 18h à 21h - 95\$+tx

Boîtes à lunch

Lundi 11 mai - 18h à 21h - 95\$+tx

En tout temps : Plateforme en ligne

Accessible 24h/24 + Consultable autant de fois que vous voulez et aussi longtemps que vous voulez + Possibilité de poser des questions aux professeurs

Cuisine Vivante - 109\$+tx

Kombucha & Fermentations - 65\$+tx

Cuisine Végétale sans allergènes - 65\$+tx

Cuisine du monde (Mexique + Japon) - 65\$+tx