

## Modalités d'inscription

### Ateliers (session unique ou série)

- **“C'est Quoi Manger Sainement?”**

10 ateliers thématiques cuisine-santé, 1 dimanche par mois, de septembre à juin, durée 3h, à Besançon et ailleurs (32€ la session, ou 240€ la série).

- **Conférences-dégustation**

(1x / mois à Besançon, durée 1h30, prix 15€)

(Thématiques: équilibre hormonal et santé féminine, performance athlétique, santé cognitive (Alzheimer), perte de poids, diabète, santé infantile et grossesse, cancer, santé intestinale et maladies auto-immunes.)

### Programmes :

- **Manger pour Vivre (Food for Life)**

Thématiques au choix, 5 sessions de 2h sur 5 semaines (96€/programme, à Besançon).



**Intégrez la santé  
par l'alimentation  
dans votre  
quotidien  
en adhérant  
à l'association**

### Adhésion à l'association :

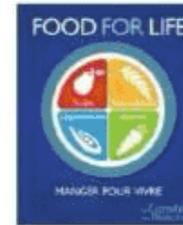
Bénéficiez de 25% de réduction sur tous les ateliers et recevez notre newsletter avec des recettes et des nouvelles de la recherche en nutrition végétale (20€/an).

### Adhésion à l'asso + Abonnement mensuel :

Offre un accès illimité à tous nos ateliers et programmes. Vous recevrez des guides nutritionnels et des fiches d'information sur les bénéfices d'une alimentation végétale (18€/mois).

## Qui Nous Sommes

« De la Science à l'Assiette » est une association à but non lucratif, qui a pour mission d'informer sur l'impact essentiel de la nourriture sur la santé de l'individu et de notre planète.



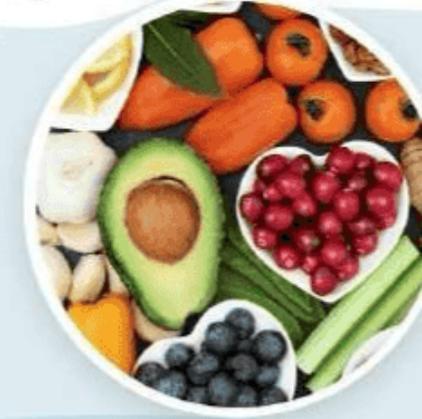
"Nos ateliers sont animés par Rodrigo Cardoso, professionnel certifié en Nutrition Végétale et en Alimentation Durable, avec des qualifications du T. Colin Campbell Center for Nutrition Studies et de l'Université de Cornell (USA). Il est également certifié Instructeur Food For Life par le Comité des Médecins pour une Médecine Responsable.

Notre mission est d'offrir une éducation nutritionnelle fondée sur la recherche, afin d'aider chacun.e à adopter des habitudes alimentaires favorables à une santé optimale et à une planète durable."

[www.dsaa.fr](http://www.dsaa.fr)  
Tel.0782855780



## Ateliers de Nutrition et Cuisine Santé



**Une meilleure santé  
Pour vous  
votre entourage  
et la planète**