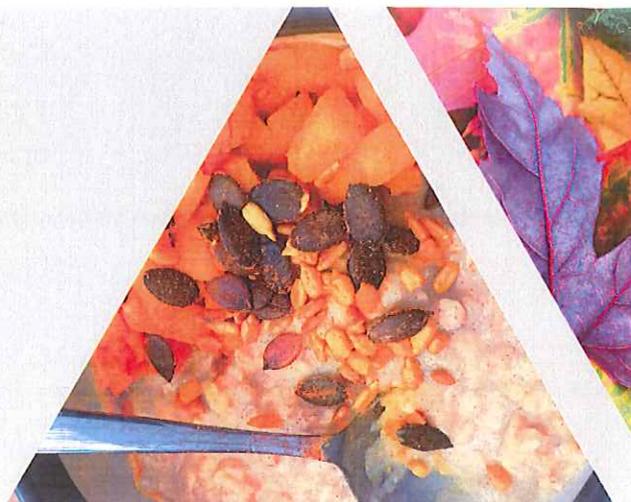


# ATELIER

# LA SANTE DANS

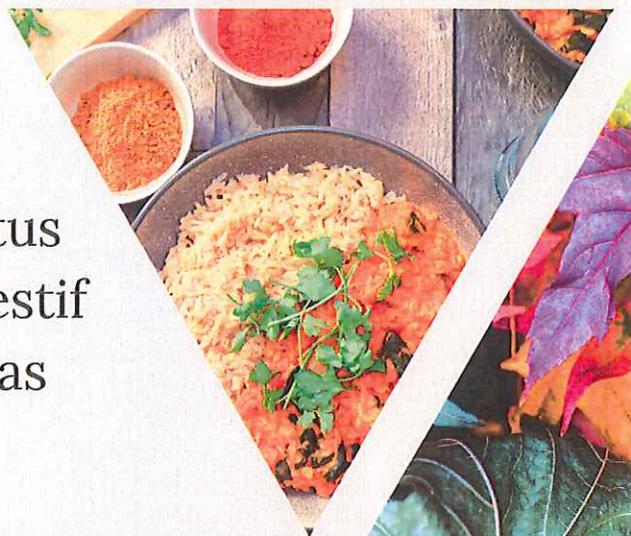
# L'ASSIETTE !!

(CUISINE AYURVEDIQUE)



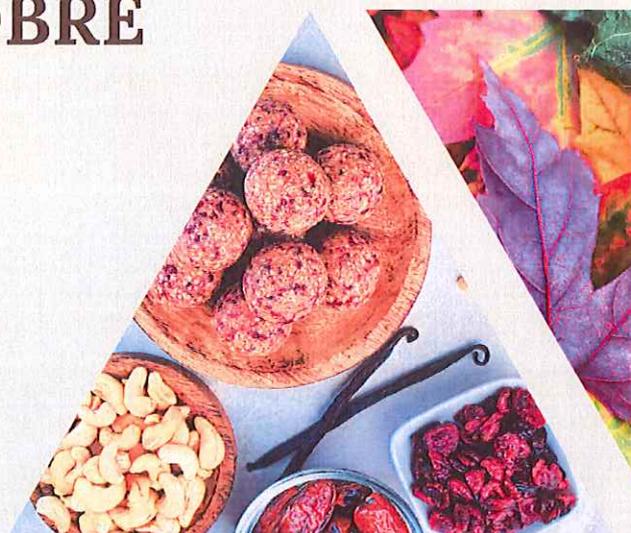
Les bases d'une assiette santé  
automne/hiver

Découvrir les épices et leurs vertus  
Prendre soin de son système digestif  
Préparation et partage d'un repas  
ayurvédique



**LE MARDI 29 OCTOBRE**  
**DE 9H30 À 14H**

Repas sur place ou à emporter  
**45€/ personne**  
**(de 6 à 8 personnes)**



**CONTACT RESERVATION:**

**Sophie REVEL (Thérapeute en Ayurvéda)**  
06 51 83 39 48 - [soayurveda38@gmail.com](mailto:soayurveda38@gmail.com)



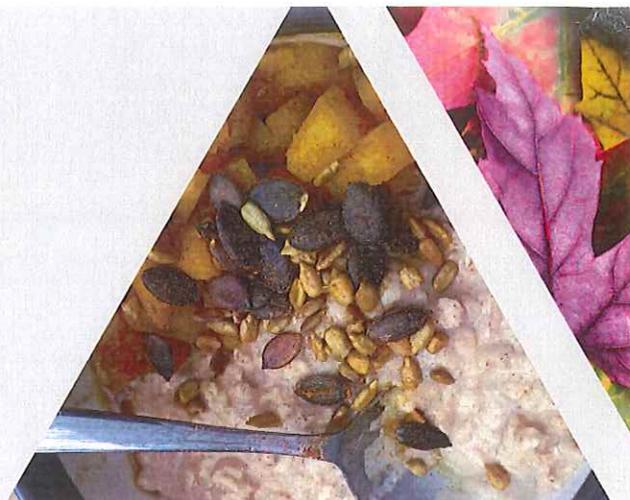
**LIEU:**

**Guest House Chez Romain**  
Rue de l'école  
71960 SOLUTRE POUILLY  
[www.chezromainlapierre.fr](http://www.chezromainlapierre.fr)

# ATELIER

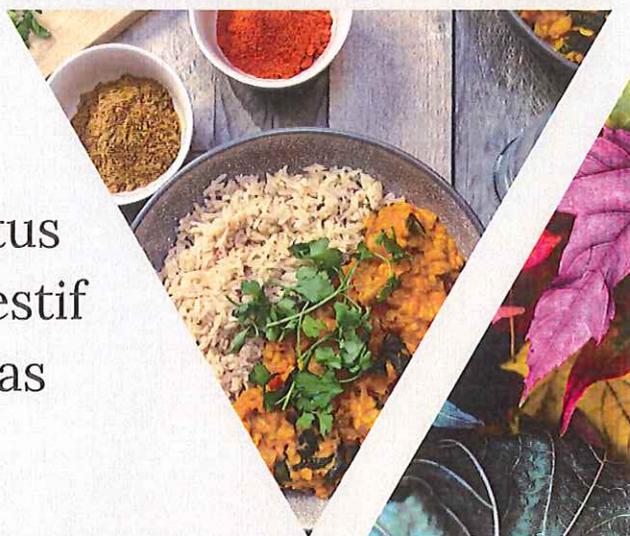
## LA SANTE DANS L'ASSIETTE !!

(CUISINE AYURVEDIQUE)



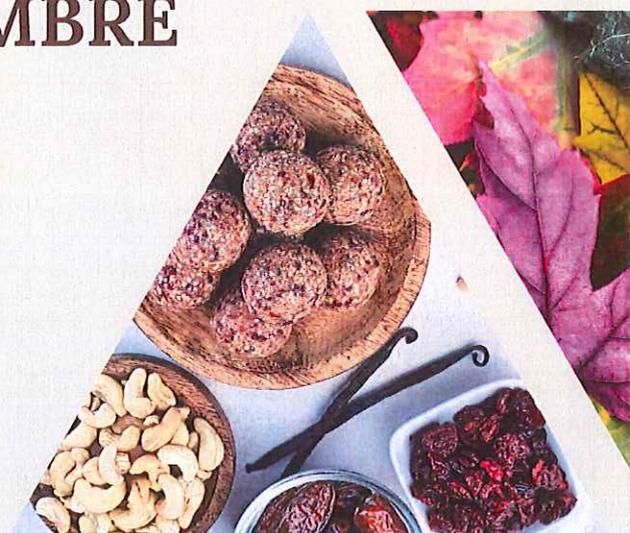
Les bases d'une assiette santé  
automne/hiver

Découvrir les épices et leurs vertus  
Prendre soin de son système digestif  
Préparation et partage d'un repas  
ayurvédique



## LE SAMEDI 9 NOVEMBRE DE 9H30 À 14H

Repas sur place ou à emporter  
**45€/ personne**  
**(de 6 à 8 personnes)**



**CONTACT RESERVATION:**

**Sophie REVEL (Thérapeute en Ayurvéda)**  
06 51 83 39 48 - [soayurveda38@gmail.com](mailto:soayurveda38@gmail.com)



**LIEU:**

**Guest House Chez Romain**  
Rue de l'école  
71960 SOLUTRE POUILLY  
[www.chezromainlapierre.fr](http://www.chezromainlapierre.fr)