

SAMEDI 4 Mars 2023
14 H 30 à 17 H

**« LE COMPORTEMENT
ALIMENTAIRE »**

Accueil 14h : ouverture de la Bibliothèque,
Venez faire vos emprunts avant la séance !



Animée par Janine BULLIARD
Nutritionniste, diététicienne

PROGRAMME : « Le comportement alimentaire »

Le comportement alimentaire est le plus souvent abordé sous l'angle de ses troubles avec en particulier l'anorexie et la boulimie. Mais qu'en est-il d'un comportement alimentaire que l'on pourrait qualifier de «normal» ?

Comment se construit-il ? Quels sont les facteurs qui l'influencent ? Comment conserver ou retrouver un comportement régulé vis à vis de l'alimentation ?

Janine Bulliard, qui a exercé la profession de diététicienne nutritionniste auprès de différents publics, tentera de répondre à ces questions dans une approche bio-psycho-sensorielle de l'alimentation en s'intéressant au mangeur que nous sommes et à notre relation aux aliments. Et comme rien ne vaut l'expérience, une dégustation guidée permettra d'explorer notre sensorialité par un retour au corps.

*Causerie de l'Union
Comtoise de yoga*



Blog : www.franchecomteyoga.com
E-mail : yoga.union.comtoise@gmail.com

Lieu : 14 rue Violet - Besançon
"Espace Simone de Beauvoir"

Entrée sur inscription : **REGLEMENT à retourner**
à Annie BIANCHI 23 A, rue Jean Wyrsh 25000
BESANCON

Renseignements :
06 51 01 93 04 (*laisser un message*)
Mail : yoga.union.comtoise@gmail.com

BULLETIN d'INSCRIPTION CAUSERIE
« Le comportement alimentaire »
Animé par Janine Bulliard - 4 Mars 2023

NOM, PRÉNOM :

ADRESSE :

TEL :

MAIL :

PARTICIPATION :

Règlement par chèque à l'ordre de l'UCY

⇒ Adhérent : 6 € (Si vous voulez adhérer : +15 €)

⇒ Non-adhérent : 9 €

TOTAL : _____ €