



Courthézon, le 07/03/18

# Conférence

## Sucre, Gluten, Viande et Lait Amis ou Ennemis pour notre famille?

**Mardi 19 mars à 19h00**  
**dans la cantine de l'école Notre Dame**

On nous noie de reportages sur l'alimentation à toutes les sauces... mais y'a quoi dans ces "sauces" justement ?

On nous dit de limiter les quantités de sucre, de lait, de gluten, de viande rouge,... mais en même temps, notre organisme en a besoin !

Et nos enfants alors ?

Faut-il commencer dès le plus jeune âge à modifier le contenu de leur assiette ?

Mais quelles peuvent être les conséquences de nos "mauvaises" habitudes alimentaires sur leur santé ?

Quelles sont les alternatives ?

Tellement de questions sur ces recommandations alimentaires !

**Patricia LOVARCO, naturopathe et avant tout maman d'Elsa en GS et Maxime en CM2, vous propose une conférence pour décortiquer tout ça le mardi 19 mars, de 19h à 21h environ, dans la cantine de l'école.**

Cette conférence vous est **offerte par l'APEL et ouverte à un public adulte** car nous n'assurons pas de service Garderie. Nous vous remercions pour votre compréhension.

A l'issue de la conférence, l'APEL organisera également un apéritif "surprise" où vous pourrez continuer à poser vos questions à Patricia LOVARCO !

Pour des raisons d'organisation, nous vous remercions de [nous retourner ce coupon avant le mardi 12 mars via les cahiers de liaison ou par mail : apelnotredamecourthezon@gmail.com.](mailto:apelnotredamecourthezon@gmail.com)

A très bientôt !

L'équipe APEL

Nom Prénom Enfant : \_\_\_\_\_ Classe : \_\_\_\_\_

Oui, je souhaite participer à la conférence sur l'Alimentation le 19 mars à 19h00

Oui, je resterai à l'apéritif dinatoire et serai accompagné(e) de \_\_\_\_\_ personne(s)

Non, je n'assisterai pas à la conférence.

**Coupon à retourner avant le mardi 12 mars 2019 svp !**