

# ALIMENTATION, NATURE, PHYSIOLOGIE

## SAMEDI 28 OCTOBRE 2017, DE 9H À 17H

La cuisine, la physiologie et la science se mélangeront dans nos assiettes le temps d'un samedi d'automne avec **Michel Graf** et **Pierre-Olivier Tauxe**.

Michel Graf, esthète curieux et cuisinier à ses heures créatives et inspirées officiera aux fourneaux. Il partagera sa passion pour le bon goût.

Pierre-Olivier Tauxe nous parlera d'alimentation et de nos besoins physiologiques, des origines et évolutions de notre manière de nous nourrir et des conséquences de nos comportements alimentaires sur la Nature.

La journée se déroulera dans une délicieuse alternance de présentations et de dégustations, entre stylo et fourchette. Nous découvrirons quels sont nos fonctionnements alimentaires et nos besoins physiologiques d'une façon simple et utile. Nous apprendrons aussi à améliorer nos relations avec notre environnement.

Dans une optique concrète de charmer nos papilles et d'égayer nos sens, Michel Graf accompagnera le discours de Pierre-Olivier Tauxe en nous régaland de ses secrets mélanges et préparations exquises.

Nous repartirons de cette journée l'estomac plein et la tête bien garnie, autant de nouvelles manières d'envisager la cuisine que d'outils pour manger dans la joie du cœur et le plaisir des cellules.

Un support de cours de Pierre-Olivier Tauxe comprenant quelques notions de physiologie et d'alimentation ainsi que les recettes de Michel Graf sera remis aux participants.

**Date | 28 octobre 2017 de 9h00 à 17h00 environ**

**Lieu | Vers-chez-les-Blanc (détail post inscription)**

**Prix du cours | CHF 240.00 (support de cours, pauses, repas et vins compris)**

**Participants | 10 maximum**

**Inscription | Nicole Graf, Harmonie & Mieux-être, [info@nicole-graf.ch](mailto:info@nicole-graf.ch), 079 303 29 25**

Ce cours est organisé conjointement par

