

le Groupe belge vous invite via Zoom à une conférence

**« Et si on mangeait mieux... au lieu de moins ? »  
donnée par Véronique Liesse  
mardi 21 septembre à 17heures**



Diététicienne-nutritionniste, enseignante et auteure de livres en nutrition.  
Chroniqueuse dans les médias (Vivacité, Radio Monaco...)  
Nutritionniste des joueurs du Sporting de Charleroi

Véronique Liesse nous parlera :

- des raisons pour lesquelles les régimes font grossir
- des pièges à éviter lorsque l'on souhaite perdre du poids
- des nutriments et aliments qui, à calories égales, peuvent faire grossir ou au contraire maigrir
- des freins qui bloquent la perte de poids malgré de bonnes habitudes

Elles répondra aussi à vos nombreuses questions !

Veillez-vous enregistrer sur le site : <https://www.assocfemmesdeurope.eu>

**Un lien zoom vous sera envoyé après paiement le jour-même de la conférence**

Paiement de 21€ par virement sur le compte de l'Association  
IBAN BE 47 3100 7081 9180 avec la communication : Conférence + date + nom

Les bénéficiaires des conférences iront aux projets humanitaires de l'Association Femmes d'Europe aisbl. Si vous ne pouvez assister, il vous est loisible de faire une donation qui sera très appréciée.

