



Cuisine en conscience

Communiqué de Presse

Pour diffusion immédiate

Découvrez la Cuisine en Conscience avec Véronique Labord

BÉDARIEUX, FRANCE – Reconnectez-vous à l'essentiel à travers les ateliers de cuisine en conscience de Véronique Labord, une invitation à transformer votre expérience culinaire en une pratique méditative enrichissante.

Située au cœur de Bédarieux, Véronique Labord offre à ses participants une opportunité unique de redécouvrir la cuisine à travers une approche holistique qui nourrit à la fois le corps et l'âme.

Un Voyage culinaire unique

Depuis son enfance, Véronique a cultivé un lien profond avec la terre et la cuisine, apprenant à valoriser chaque ingrédient pour sa beauté et sa capacité à nourrir.

Aujourd'hui, elle partage cette passion à travers des ateliers qui vont bien au-delà de la simple préparation des repas. "Pour moi, la cuisine est un acte d'amour et de présence," dit Véronique. "Chaque atelier est une occasion de se reconnecter avec les ingrédients locaux et de saison, de redécouvrir le plaisir de cuisiner et de nourrir, dans un cadre à la fois intime et accueillant."

Véronique Labord - 06 07 88 77 62 - 09 56 08 11 69
Association Loi 1901 sous le N° W341014044 Parue au JOAFE le 06/02/2024 sous le N°735
3, rue Puech du Four - 34600 BEDARIEUX

contact@cuisinerenpresence.com - www.cuisinerenpresence.com



Cuisine en conscience

Bénéfices pour les Participants

Les participants aux ateliers de Véronique Labord bénéficient de plusieurs avantages :

- **Réduction du stress et amélioration de votre mentale** grâce à la pratique de la pleine conscience appliquée à la cuisine.
- **Renforcement des liens avec la nature et la communauté** en partageant des repas préparés ensemble.
- **Amélioration de la constitution physique** par l'apprentissage d'une alimentation équilibrée et nourrissante.

Un Cadre accueillant et inspirant

Les ateliers se déroulent dans un cadre convivial où chaque participant est encouragé à explorer ses propres émotions et sensations liées à l'alimentation.

Véronique Labord, en collaboration avec des praticiens holistiques, intègre également des pratiques de bien-être comme le yoga, la kinésiologie et l'art-thérapie, enrichissant l'expérience culinaire de dimensions thérapeutiques.

Informations Pratiques

Les ateliers de cuisine en conscience sont ouverts à tous, que vous soyez débutant ou cuisinier expérimenté.



Cuisine en conscience

Pour plus d'informations sur les ateliers, pour réserver votre place ou pour toute demande spécifique, veuillez contacter :

- **Téléphone** : 06 07 88 77 62 | 09 56 08 11 69
- **Email** : contact@cuisinierenpresence.com
- **Site Web** : www.cuisinierenpresence.com

Adresse : 3 rue Puech du Four, 34600 Bédarieux, France.

Véronique Labord est ravie de vous accueillir pour partager plus qu'un repas : une véritable célébration de la vie et du bien-être.

Fin du Communiqué