

Sans gluten... intelligemment 2022

Le tarif de base pour tous les repas, les ateliers, et la documentation fournie lors du séjour de 3 nuits / 3 jours est de **300 € / participant**.

À cela, nous devons ajouter le coût de l'hébergement, selon votre choix de couchage :

Type de couchage	Coût / nuitée	# nuitées	Total
Lit simple (90 cm) (chambre & SDB partagées)	30	3	90
Lit double (160 cm) (chambre & SDB privées)	35	3	105
Lit double partagé (160 cm) (chambre & SDB privées)	70	3	210
Lit 200cm partagé (chambre & SDB privées)	80	3	240

** Si vous souhaitez assister avec un.e partenaire qui ne participera pas aux différents ateliers, c'est possible. Le cas échéant, vous choisirez un lit partagé... et ajouterez 100 € pour les repas.

Pour visionner les différentes chambres à louer à La Goose, visitez <https://lagoose.fr/fr/nos-chambres/>

Sans gluten... intelligemment 2022

Voici le programme du séjour :

	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
8h à 9h		Petit Déjeuner sans gluten	Petit Déjeuner sans gluten	Petit Déjeuner sans gluten
9h30 à 11h30		Atelier : Les maladies auto-immunes et les MICI	Atelier : La digestion	Promenade en forêt
12h30 à 14h		Déjeuner sans gluten (entrée - plat - dessert)	Déjeuner sans gluten (entrée - plat - dessert)	Pique-nique sans gluten (entrée - plat - dessert)
15h à 18h		Atelier de cuisine : LA BOULANGERIE - le pain de mie - les boules de pain	Atelier de cuisine : LA PÂTISSERIE - la pâte sucrée - la pâte de choux - les macarons	Libération des chambres / départ
	Arrivée / installation dans les chambres			
19h	Dîner sans gluten (entrée - plat - dessert)	Dîner sans gluten (entrée - plat - dessert)	Dîner sans gluten (entrée - plat - dessert)	