

MUTUELLE BLEUE INVITE SES ADHÉRENTS À CUISINER POUR LEUR SANTÉ.

Dans le cadre de son programme de prévention « Passeport pour la santé », Mutuelle Bleue passe de la théorie à la pratique, en initiant ses adhérents à la cuisine équilibrée.

Lancé en 2008, le programme d'actions « Passeport pour la santé » a pour volonté de donner aux adhérents Mutuelle Bleue toutes les clés nécessaires à l'équilibre alimentaire et à la pratique d'une activité physique régulière.

Après deux années de théorie, sur les conseils du Dr Plumey lors d'ateliers nutrition, les adhérents de Mutuelle Bleue vont désormais passer à la pratique.

A l'occasion d'un premier atelier qui se déroulera à Brie-Comte-Robert le 12 mai prochain, 12 adhérents réaliseront un déjeuner complet (entrée, plat & dessert) sur les recommandations du chef formateur Xavier TROTÉ. Chef de cuisine pendant 17 ans dans plusieurs établissements renommés, il a ouvert depuis 2008 l'Atelier « Graines de Chef ».

Plus qu'un atelier d'apprentissage culinaire, cette mise en pratique d'une heure sera placée sous le signe de la prévention avec l'intervention d'Amélie CAILIBOTTE, diététicienne. Elle mettra ainsi en lumière les bienfaits du menu concocté par le chef pour son apport nutritionnel. A l'issue de cet atelier, les participants dégusteront le menu qu'ils auront cuisiné.

En faisant évoluer son « Passeport pour la santé » de la théorie à la pratique, Mutuelle Bleue entend répondre aux attentes et demandes formulées par ses adhérents, à savoir comment cuisiner sainement pour maintenir son capital santé.

Date : 12 mai 2011, Brie-Comte-Robert

L'Atelier Graines de Chef : propose un large choix de cours de cuisine, pâtisserie, oenologie, cocktail, arts de la table...pour les particuliers ou les entreprises, gourmands, gourmets, néophytes ou confirmés de tous âges désirant progresser et élargir ses connaissances dans l'art culinaire.

Mutuelle Bleue intervient dans le domaine de l'assurance de personnes (complémentaire santé, prévoyance, et retraite) et de l'assurance de biens (assurance auto et habitation).

Mutuelle Bleue compte 230 000 adhérents en santé, plus de 240 000 personnes assurées en prévoyance et plus de 105 000 assurés relevant du régime obligatoire des artisans commerçants. Mutuelle Bleue dispose d'un réseau de 30 agences réparties en Ile-de France, Midi-Pyrénées, Lorraine.