Les ressources du programme 2 Slow Diabète- spécial fêtes

Semaine du 2 au 6 novembre : Les fêtes et moi

Jour 1 : Revenir à soi avant les fêtes

Jour 2 : Plaisir des papilles pour inviter chez soi

[Liste de courses à télécharger ici](#)

Jour 3 : Comment d'autres vivent-ils leurs fêtes ?

Jour 4 : Danse avec nous !

Jour 5 : Pose tes questions aujourd'hui à 12h

Jour 6 : Cuisinons avec Pauline

[Recettes apéro et entrée](#)

Jour 7 : Bulle de lenteur

Semaine du 9 au 15 novembre : Les fêtes, les autres et moi

Jour 8 : Les autres, enfer des fêtes ?

Jour 9 : Astuces diététiques quand tu es invité(e) chez les autres

Jour 10 : Le mercredi de Nina et Gisèle !

Jour 11 : M'aimer mieux, fêter mon corps, comme il est !

Jour 12 : Pose tes questions à Boris Hansel

Jour 13 : Es-tu prêt à savourer le plat ?

Jour 14 : Dispo pour ta bulle de lenteur ?

Semaine du 16 au 22 novembre : Inventer ses fêtes

Jour 15 : Croquer la vie lors des prochaines fêtes !

Jour 16 : Inventer son menu de fêtes en 2020

Jour 17 : Nina et Gisèle inventent leurs fêtes !

Jour 18 : Lâche prise de ce qui ne t'est pas utile !

Jour 19 : Pose tes questions aujourd'hui à 12h !

Jour 20 : On prépare un dessert de fêtes à 11h et on le déguste au déjeuner ?

Jour 21 : Dispo pour ta bulle de lenteur ?

Participe à faire grandir le Mouvement Slow Diabète, donne ton avis !

[Je participe](#)