

**buybio**

Produtos Biológicos. Alimentação Saudável

**WORKSHOPS FOOD  
360°**



# WORKSHOPS FOOD 360°

## NUTRIÇÃO

### 3 WORKSHOPS:

- 1 -MARMITA? SAIBA O QUE COLOCAR DENTRO.
- 2 -PÃO E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL.
- 3 -MODAS NA ALIMENTAÇÃO - SIMPLIFICAR A NUTRIÇÃO.

## COZINHA SAUDÁVEL

### 3 WORKSHOPS:

- 1 -PÃO CASEIRO COM MASSA MÃE.
- 2 -MARMITAS SAUDÁVEIS.
- 3 -CONSERVAS E FERMENTAÇÕES.

## FOTOGRAFIA REDES SOCIAIS

### 2 WORKSHOPS:

- 1 -TÉCNICAS E PRINCÍPIOS FUNDAMENTAIS DE FOTOGRAFIA EM SMARTPHONE.
- 2 -FOODSTYLING E FOTOGRAFIA: CASOS PRÁTICOS.

## PORQUÊ?

Porque somos mais que uma empresa que vende produtos alimentares que proporcionam uma alimentação cuidada e saudável.

**Na Buybio entendemos que todos os aspectos da alimentação devem ser abordados de forma objectiva e profissional.**

É fundamental saber o que comer ou o que evitar; saber preparar e cozinhar, de forma criativa e saudável.

## PARA QUEM?

Para quem pretende estar seguro das suas escolhas na hora das suas refeições.

Para quem pretende corrigir ou alterar hábitos que estejam a contribuir para uma dieta ou estilo de vida menos saudável.

Para quem quer ir um pouco mais além das receitas e formas tradicionais de cozinhar ou preparar refeições. Novos sabores, novas combinações de alimentos, mas sempre saudáveis.

Para quem precisa de saber um pouco mais sobre como apresentar um belo prato de comida.

Como fotografar e tratar da imagem para as suas redes sociais ou apresentações profissionais.



# FORMADORAS **FOOD** **360°**



## **NUTRIÇÃO**

**ANA SANTOS**

Nutricionista funcional & nutricaoach



## **COZINHA SAUDÁVEL**

**MARIA BELMONTE**

Chef, Food Stylist & Prop Styling



## **FOTOGRAFIA**

**NAZARET NASCIMENTO**

Fotografia de produto & foodsyling



## **DURAÇÃO 3H 15**

Cada workshop tem a duração de 2 periodos de 1h30 com um intervalo de 15 minutos.



## **MATERIAL DE APOIO**

Salvo excepção, produzimos e levamos os materiais de apoio à acção como manuais e produtos alimentares.



## **LOCAL**

Podemos organizar o workshop na sua empresa ou em espaço a designar.

## **PREÇOS**

## **E OUTRAS INFORMAÇÕES?**

926549295 / 914 172 506

buybio@buybio.pt

**www.buybio.pt**