



Le bien-être pour tous

TOUT A COMMENCÉ PAR UN CHANGEMENT D'ALIMENTATION ! ????QUI SUIS-JE? Bonjour à tous, Je suis Valérie, une maman entrepreneuse et dynamique dont la vie a complètement changé à l'âge de 42 ans. C'est après un long parcours de santé et la découverte d'allergies et intolérances alimentaires en 2017 que ma vie a pris un virage à 180 degrés. Plus possible pour moi de cuisiner de la même manière, ni de consommer de la même façon. Je suis devenue soudainement "Cheffe" à la maison, à devoir re-crée toutes les recettes et plats présentés dans les commerces, puisqu'ils contiennent la majorité des ingrédients pour lesquelles je suis allergique. Peu importe, j'ai toujours transformé une expérience de vie dite "négative" en apprentissage positif ! Et puis ce changement m'a permis de manger plus sainement. J'ai donc commencé dès fin 2018 à poster mes recettes sur internet, ce qui a suscité immédiatement beaucoup d'intérêt de la part du public. Après quelques interviews presse et Tv, je décide de créer mon entreprise Happy and Bio en juillet 2019. L'aventure H & B a continué son petit bout de chemin jusqu'à ce jour, malgré les embûches de période de confinement et de conjoncture financière. J'ai créé durant cette période une chaîne Youtube afin d'apporter du contenu de qualité concernant le bien-être et la santé, et partagé également sur tous les réseaux sociaux. J'ai réalisé des lectures audio en live, des méditations, des cours en ligne et des

PARTICIPEZ À LA CAGNOTTE :

<https://www.onparticipe.fr/c/happyandbio>



Scannez-moi !



Cette cagnotte vous est proposée par :
Valérie DELCOURT