

# Cours de cuisine diététique

## Questionnaire pour mieux vous connaître



Vous avez décidé de vous prendre en main ou de faire plaisir à un proche ?

Je suis là pour vous aider ! Ces cours de cuisine vous permettront de passer un moment agréable et convivial tout en faisant attention à votre alimentation.

De manière à correspondre à vos attentes, voici un questionnaire à compléter et à me renvoyer au plus vite pour que nous puissions fixer vos objectifs.

1. Quel type de cuisine désirez-vous :

- Diététique
- Equilibrée
- Originale
- Etrangère
- Sans allergènes, si oui, le(s)quel(s) :

2. Quel type de cours souhaitez-vous :

- Individuel
- En groupe (amis, famille, ...)
- Avec des enfants
- Autres :

3. Quels sont les aliments que vous n'aimez pas ?

4. Quels sont les aliments que vous voudriez découvrir ?

5. Pourquoi souhaitez-vous ce cours ?



6. Avez-vous une ou plusieurs allergie(s) alimentaire(s) ? La(les)quelle(s) ?

7. Votre cuisine comprend :                      OUI                      NON

Four                                                                           

Micro-onde                                                                   

Mixeur                                                                           

Cuiseur vapeur                                                                   

Bouilloire                                                                           

8. Quelle date vous conviendrait ? .....

9. A quel moment de la journée ? .....

