

LA MUTUALITÉ FRANÇAISE GRAND EST & SES PARTENAIRES  
METTENT EN PLACE AU NEUHOF DÈS LE 27 SEPTEMBRE DES

## PETITS DÉJ SANTÉ & ATELIERS CULINAIRES

L'alimentation et l'activité physique sont des déterminants majeurs de la santé, considérés comme des facteurs participant aux inégalités sociales de santé.

**Souhaitant réduire ces inégalités en améliorant les pratiques alimentaires des publics pour les rendre acteurs de leur santé, la Mutualité Française Grand Est, en partenariat avec la Maison de santé du Neuhof, Cité Santé Neuhof, la Ville de Strasbourg, la Clé des champs et l'Association VRAC, mettent en place au Neuhof dès le 27 septembre des petits déjeuners conviviaux et des ateliers culinaires gratuits et ouverts à tous.**

Durant ces temps conviviaux, les participants pourront faire le point sur leur nutrition et mieux connaître les structures de proximité en échangeant avec une diététicienne et divers acteurs locaux. Les ateliers culinaires permettront de mettre en pratique les bons gestes pour sa santé. Les recettes seront choisies par les participants eux-mêmes, qui pourront déguster sur place ou emporter ce qu'ils auront cuisiné.

### PETITS DÉJEUNERS : DE 8H30 À 10H

JEUDI 27/09/2018 : "pains VS céréales"

JEUDI 25/10/2018 : "les céréales du petit-déjeuner"

JEUDI 29/11/2018 : "les bons gras : l'avocat au petit-déjeuner"

### ATELIERS CULINAIRES :

LUNDI 01/10/2018 DE 13H30 À 15H30

LUNDI 29/10/2018 DE 14H À 16H

LUNDI 03/12/2018 DE 13H30 À 15H30

Lieu : Maison de Santé du Neuhof, 2a, rue Brantôme

① Informations et inscriptions : 07 88 39 04 92 - [mediation.sante.neuhof@gmail.com](mailto:mediation.sante.neuhof@gmail.com)

*Gratuit et ouvert à tous dans la limite des places disponibles*