



RENCONTRES SANTÉ

CHARLOTTE & PAPILLOTES

*Faites le ménage
en cuisine*



*Mardis 25 mai,
1^{er}, 8 & 15 juin 2021*

de 14h à 16h30



**CENTRE SOCIO-CULTUREL
DU PÈRE GÉRARD**
rue des églantiers
BOUXIÈRES-AUX-CHÊNES



CYCLE DE 4 ATELIERS
pour apporter les clés d'une
alimentation santé : achat,
transformation, consommation,
conservation qui ont lieu
du 25 mai au 15 juin 2021
à **BOUXIÈRES-AUX-CHÊNES**

**PROGRAMME DÉTAILLÉ
AU VERSO**

Inscription
**obligatoire
GRATUITE**

Mutualité Française
Grand Est
inscription@mfge.fr
06 49 85 62 31



**INSCRIPTION
EN LIGNE**



#Rencontresanté



Les partenaires :

LA CONFÉRENCE
DES FINANCEURS
DE LA PRÉVENTION
DE LA PERTE
D'AUTONOMIE
EN MEURTHE-ET-MOSELLE





CHARLOTTE & PAPILLOTES

*Faites le ménage
en cuisine*

LE PROGRAMME

ATELIERS

Parlons habitudes alimentaires !
Augmenter ? Aller vers ? Réduire ?
Les clés d'une alimentation saine.
Mardi 25 mai 2021

Décrypter les étiquettes pour choisir
ce que l'on met dans son assiette
Mardi 1^{er} juin 2021

Consommons autrement ! Repérer
les additifs, choisir ses modes
de cuisson et de conservation
Mardi 8 juin 2021

Partageons nos astuces
pour cuisiner autrement !
Mardi 15 juin 2021

Les ateliers ont lieu de 14h à 16h30
au Centre socio-culturel du Père Gérard
rue des églantiers à BOUXIÈRES-AUX-CHÊNES

Inscription
obligatoire
GRATUITE

Mutualité Française
Grand Est
inscription@mfge.fr
06 49 85 62 31



**INSCRIPTION
EN LIGNE**