



RENCONTRES SANTÉ

CHARLOTTE & PAPILOTES

*Faites le ménage
en cuisine*



*Jeudis 3, 10, 17 & 24
juin 2021*

de 10h à 12h



RÉSEAU CANOPÉ
10 bis boulevard Gambetta
CHAUMONT



CYCLE DE 4 ATELIERS

animé par une diététicienne et
une chargée de prévention pour
apporter les clés d'une
alimentation santé : achat,
transformation, consumma-
tion, conservation qui ont lieu
du 3 au 24 juin 2021
à **CHAUMONT**

Inscription
obligatoire
GRATUITE

Mutualité Française
Grand Est

inscription@mfge.fr
06 49 85 62 31



**INSCRIPTION
EN LIGNE**



#Rencontresanté



Les partenaires :

 **malakoff
humanis**



CHARLOTTE & PAPILLOTES

*Faites le ménage
en cuisine*

LE PROGRAMME

ATELIERS

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

Jeudi 3 juin 2021

Parlons équilibre alimentaire !
Bien manger, bien digérer.

Jeudi 10 juin 2021

Consommons autrement ! Décrypter
les étiquettes, choisir ses modes
de cuisson et de conservation

Jeudi 17 juin 2021

Partageons nos astuces
pour cuisiner autrement !

Jeudi 24 juin 2021

Les ateliers ont lieu de 10h à 12h
au Réseau Canopé
10 bis boulevard Gambetta à CHAUMONT

Inscription
obligatoire
GRATUITE

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



**INSCRIPTION
EN LIGNE**