



MUTUALITÉ
FRANÇAISE

GRAND EST

agf

Association
Généraliste des
Familles
du Bas Rhin

www.agf.fr

RENCONTRES SANTÉ

CHARLOTTE & PAPILLOTES

*Faites le ménage
en cuisine*



Mardis 9, 16, 23
& 30 novembre 2021

de 14h à 16h



SALLE DES POMPIERS
petite rue de l'église
WESTHOUSE



CYCLE DE 4 ATELIERS

pour apporter les clés d'une
alimentation santé : achat,
transformation, consommation,
conservation qui ont lieu
du 9 au 30 novembre 2021
à WESTHOUSE

**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 :





CHARLOTTE & PAPILLOTES

*Faites le ménage
en cuisine*

LE PROGRAMME

ATELIERS

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

Mardi 9 novembre 2021

Parlons équilibre alimentaire ! Bien manger,
bien digérer. Le ventre ; deuxième cerveau ?

Mardi 16 novembre 2021

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

Mardi 23 novembre 2021

Être un cuisinier.ère averti.e

Mardi 30 novembre 2021

Les ateliers ont lieu de 14h à 16h
à la Salle des Pompiers
petite rue de l'église à WESTHOUSE

Inscription
obligatoire
GRATUITE

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



**INSCRIPTION
EN LIGNE**

