

RENCONTRES SANTÉ *EN LIGNE*



**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**

GRAND EST

CHARLOTTE & PAPILOTES

*Faites le ménage
en cuisine*



*7, 14, 21
& 24 mars 2022*
de 18h à 19h



**EN VOUS CONNECTANT
AU SITE LIVESTORM
VIA LE LIEN :**

<https://cutt.ly/zYK6Osy>



GRATUIT
Inscription
obligatoire avant
l'évènement



#Rencontresanté

**NOS RENCONTRES SANTÉ SONT DISPOS
APRES L'ÉVÈNEMENT EN REPLAY**

Retrouvez tous nos rendez-vous santé
dans la rubrique *événements* de notre site internet :
www.grandest.mutualite.fr

CYCLE DE 4 CONFÉRENCES EN LIGNE

ANIMÉES PAR DES DIÉTÉTICIENNES :

- * 07.03 - Les nouveaux repères nutritionnels : comment faire pour manger mieux ?
- * 14.03 - Décrypter les étiquettes pour choisir ce que l'on met dans notre assiette.
- * 21.03 - Faim, envies, plaisir... quelle est leur place dans notre alimentation ?
- * 24.03 - Comment la micronutrition nous guide vers les bons choix alimentaires ?

GRATUIT ET OUVERT À TOUS