



**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**
GRAND EST

RENCONTRES SANTÉ

Consommer de manière plus adaptée *pour la planète & pour ma santé*



Les jeudis 3, 10 & 17

OCTOBRE 2024

de 14h30 à 16h



CENTRE SOCIAL - FJEPCS
15 rue du champ de Foire
VOUZIERS



CYCLE DE 3 ATELIERS

pour apprendre à consommer
de manière plus adaptée pour
la planète et pour ma santé :

- 03.10 : Acheter, cuire, conserver :
comment mieux consommer ?
- 10.10 : Eau, surconsommation :
comment préserver nos
ressources et la planète ?
- 17.10 : Recettes faciles et
rapides : comment éviter
le gaspillage alimentaire ?

Inscription
GRATUITE

Centre Social
laurence.henriet@fjepcs.fr
03 24 30 99 61



#Rencontresanté

Les partenaires :





**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**

GRAND EST



**CONSOMMER DE
MANIÈRE
PLUS ADAPTÉE**

*pour la planète
& pour ma santé*

LE PROGRAMME

ATELIERS

**ACHETER, CUIRE, CONSERVER :
COMMENT MIEUX CONSOMMER ?**

Jeudi 3 octobre 2024

S'informer sur les circuits courts, les labels et logos, la saisonnalité des produits, les pesticides, le fait maison et les modes de cuisson et de conservation.

**EAU, SURCONSOMMATION :
COMMENT PRÉSERVER NOS RESSOURCES
ET LA PLANÈTE ?**

Jeudi 10 octobre 2024

S'informer sur le gaspillage alimentaire, sur l'eau du robinet et l'eau en bouteille et découvrir comment réduire sa consommation d'eau

**RECETTES FACILES ET RAPIDES : COMMENT ÉVITER
LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE ?**

Jeudi 17 octobre 2024

Apprendre à cuisiner des recettes «anti gaspi»

Inscription
GRATUITE

Centre Social

laurence.henriet@fjepcs.fr

03 24 30 99 61

Les ateliers (places limitées)
ont lieu de 14h30 à 16h
au Centre Social - FJEPSC
15 rue du champ de Foire
VOUZIER