



**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**
GRAND EST

RENCONTRES SANTÉ

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



CYCLE DE 3 ATELIERS

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

- 14.11 : Acheter, cuire, conserver :
Comment mieux consommer ?
- 28.11 : Eau : comment préserver
nos ressources et la planète ?
- 12.12 : Recette faciles et
rapides : comment éviter
le gaspillage alimentaire ?



Les jeudis

**14, 28 NOVEMBRE &
12 DÉCEMBRE 2024**

de 9h30 à 11h30



**CENTRE SOCIO-CULTUREL
SITE ANDRÉ MALRAUX**

Place Henri Miller

TOUL

Inscription
GRATUITE
CSC

**03 83 64 58 07
06 86 56 97 91**



#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 14 novembre 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 : COMMENT PRÉSERVER NOS RESSOURCES ET LA PLANÈTE ?

Jeudi 28 novembre 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

RECETTE FACILES ET RAPIDES : COMMENT ÉVITER LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE ?

Jeudi 12 décembre 2024

Apprendre à cuisiner des recettes «anti gaspi»

Inscription
GRATUITE
CSC

03 83 64 58 07
06 86 56 97 91

Les ateliers (places limitées)
ont lieu de 9h30 à 11h30
Centre socio-culturel - site André Malraux
Place Henri Miller - TOUL