



**MUTUALITÉ  
FRANÇAISE**  
GRAND EST

RENCONTRES SANTÉ

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



*Les mardis 18, 25 mars  
& 1<sup>er</sup> avril 2025*  
de 14h à 16h



**RÉSIDENCE GALLICE**  
1, allée Gallice  
**ÉPERNAY**



**CYCLE DE 3 ATELIERS**  
pour apprendre à consommer  
de manière plus adaptée pour  
la planète et pour ma santé

- 18.03 - Acheter, cuire, conserver : comment mieux consommer ?
- 25.03 - Eau : comment préserver nos ressources et la planète ?
- 01.04 - Recette faciles et rapides : comment éviter le gaspillage alimentaire ?

Inscription  
**GRATUITE**

Pôle animation seniors  
**03 26 54 54 19**  
animation@  
ville-epernay.fr



#Rencontresanté



Les partenaires :



Centre Communal d'Action Sociale



**MUTUALITÉ  
FRANÇAISE**

GRAND EST



## MOINS DE POLLUANTS

*Plus de santé !*

### LE PROGRAMME

## ATELIERS

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

**Mardi 18 mars 2025**

*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 ?

**Mardi 25 mars 2025**

*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 ?

**Mardi 1<sup>er</sup> avril 2025**

*Apprendre à cuisiner des recettes «anti gaspi»*

Les ateliers (places limitées)  
ont lieu de 14h à 16h  
à la Résidence Gallice  
1 allée Gallice  
EPERNAY

Inscription  
**GRATUITE**

Pôle animation seniors

**03 26 54 54 19**

[animation@ville-epernay.fr](mailto:animation@ville-epernay.fr)