Les INSATIABLES
Groupe SOS

L'Alimentation dans tous ses états



Ateliers animés par une diététicienne

AU MENU

Réservé aux + de 60 ans
GRATUIT

Loto Gourmand
Lundi 7 Décembre - 10h à 12h30
- *Découvrez l'alimentation sous une forme ludique et conviviale !*

Atelier Décryptage des étiquettes
Lundi 14 Décembre - 10h à 12h
- *Analyse de vos caddies et des aliments ultra-transformés*

Atelier Sport Santé
Lundi 11 Janvier - 10h à 12h
- *Découverte des bienfaits d'une alimentation durable et locale !*

Atelier Cuisine
Lundi 18 Janvier - 10h à 12h30
- *Préparation d'un menu équilibré et partage du repas*

PLACES LIMITÉES !

CENTRE SOCIAL CHORUS
Espace Jeune
7 Rue du Querpon,
Maure-de-Bretagne,
35330 Val d'Anast

OUVERT AUX HABITANTS DES COMMUNES VOISINES

SUR INSCRIPTION

Auprès de Centre Social Chorus
Par mail : accueil.chorus@vallonsdehautebretagne.fr
Par téléphone : 02 99 92 46 99

www.lesinsatiables.org