



## **Atelier "Bien dans son assiette " - Faire ses courses sans se ruiner**

16 septembre 2021 - 08:00 - 16 septembre 2021 - 10:00 2021-09-16 08:00:00  
2021-09-16 10:00:00 Atelier "Bien dans son assiette " - Faire ses courses sans se  
ruiner L'atelier « Bien dans son assiette » vous donne les clés pour adopter les  
bons réflexes tout en conciliant plaisir et santé Animée par un professionnel, cet  
atelier a pour objectif de vous aider à mettre en pratique les conseils transmis sur  
l'alimentation tout en redécouvrant le plaisir, allié majeur du maintien d'une  
alimentation équilibrée ! Au programme : Des ateliers animées les jeudis 16,23,  
et 30 septembre 2021 et le jeudi 7 octobre 2021 de 10h00 à 12h au foyer  
Burgard. Retrouvez le programme ici Inscription au Foyer Burgard (01 30 69 19  
18) ou par mail : [animation.seniors@mairie-trappes.fr](mailto:animation.seniors@mairie-trappes.fr) 2 Rue de l'Abreuvoir  
Trappesmag [drupal.admin@gallimedia.com](mailto:drupal.admin@gallimedia.com) UTC public

Quand bien manger rime avec santé ou comment bien manger pour vieillir en  
bonne santé !

ATELIER COMPLET

L'atelier « Bien dans son assiette » vous donne les clés pour adopter les bons réflexes tout en conciliant plaisir et santé

Animée par un professionnel, cet atelier a pour objectif de vous aider à mettre en pratique les conseils transmis sur l'alimentation tout en redécouvrant le plaisir, allié majeur du maintien d'une alimentation équilibrée !

### **Au programme :**

Des ateliers animées **les jeudis 16,23, et 30 septembre 2021 et le jeudi 7 octobre 2021** de 10h00 à 12h au foyer Burgard.

Retrouvez le programme [ici](#)

Inscription au Foyer Burgard (01 30 69 19 18) ou par mail : [animation.seniors@mairie-trappes.fr](mailto:animation.seniors@mairie-trappes.fr)



# CONFÉRENCES « Bien dans son assiette »

Infos pratiques

Inscription au Foyer Burgard (01 30 69 19 18) ou par mail : [animation.seniors@mairie-trappes.fr](mailto:animation.seniors@mairie-trappes.fr)

Contact

Foyer Burgard

01 30 69 19 18

Emplacement  
Foyer Burgard  
2 Rue de l'Abreuvoir

78190  
Trappes

[PDF](#)



- [Facebook share](#)
- [Twitter](#)