Atelier "Bien dans son assiette " - Rester en forme au quotidien

23 septembre 2021 - 08:00 - 23 septembre 2021 - 10:00 *2021-09-23 08:00:00 2021-09-23 10:00:00 Atelier "Bien dans son assiette " - Rester en forme au quotidien 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 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 2 Rue de l'Abreuvoir Trappesmag 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 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

Infos pratiques

Inscription au Foyer Burgard (01 30 69 19 18) ou par mail : 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