



Bien vivre
votre retraite

Cycle d'ateliers

Plaisirs de la table

Lundi 09 septembre 2019 à 14h30
Espace Jean-Claude Klein
Rue des Vergers
à LA WANTZENAU

Pour favoriser un comportement nutritionnel équilibré



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



SECURITE
SOCIALE
INDEPENDANTS



La retraite des Institutionnels
Institutionnels et Hospitaliers

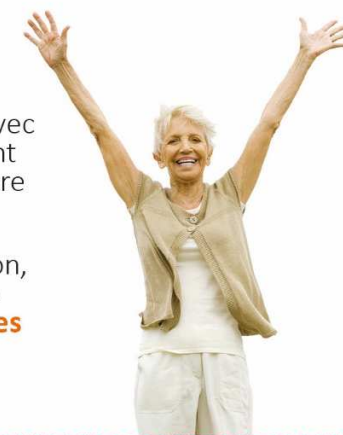


L'essentiel & plus encore

Plaisirs de la table

Quels sont vos besoins nutritionnels ? Changent-ils avec l'âge ? Quels sont les aliments à privilégier ? Comment les cuisiner ? Comment allier plaisir de manger et équilibre alimentaire ?

Au cours des **6 séances** qui composent l'atelier nutrition, un diététicien vous donne des repères sur l'équilibre alimentaire. Vous apprenez à **déchiffrer les étiquettes alimentaires** et à **adapter vos menus** en cas de problème de santé.



Informations pratiques

Calendrier des séances :
Séance 1 : Lundi 09 septembre 2019 de 14h30 à 16h30
Séance 2 : Lundi 16 septembre 2019 de 14h30 à 16h30
Séance 3 : Lundi 23 septembre 2019 de 14h30 à 16h30
Séance 4 : Lundi 30 septembre 2019 de 14h30 à 16h30
Séance 5 : Lundi 07 octobre 2019 de 14h30 à 16h30
Séance 6 : Lundi 14 octobre 2019 de 14h30 à 16h30

Lieu : Espace Jean-Claude Klein
rue des Vergers
67610 LA WANTZENAU

Atelier gratuit - Places limitées

Inscriptions et renseignements :

Sur le site www.atoutagealsace.fr ou au 03 89 20 79 43

EN PARTENARIAT AVEC :



ET AVEC LE SOUTIEN DE :





Bien vivre
votre retraite

Cycle d'ateliers

Plaisirs de la table

Lundi 09 septembre 2019 à 14h30
Espace Jean-Claude Klein
Rue des Vergers
à LA WANTZENAU

Pour favoriser un comportement nutritionnel équilibré



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



SECURITE
SOCIALE
INDEPENDANTS



La retraite des Institutionnels
Institutionnels et Hospitaliers



L'essentiel & plus encore

Plaisirs de la table

Quels sont vos besoins nutritionnels ? Changent-ils avec l'âge ? Quels sont les aliments à privilégier ? Comment les cuisiner ? Comment allier plaisir de manger et équilibre alimentaire ?

Au cours des **6 séances** qui composent l'atelier nutrition, un diététicien vous donne des repères sur l'équilibre alimentaire. Vous apprenez à **déchiffrer les étiquettes alimentaires** et à **adapter vos menus** en cas de problème de santé.



Informations pratiques

Calendrier des séances :
Séance 1 : Lundi 09 septembre 2019 de 14h30 à 16h30
Séance 2 : Lundi 16 septembre 2019 de 14h30 à 16h30
Séance 3 : Lundi 23 septembre 2019 de 14h30 à 16h30
Séance 4 : Lundi 30 septembre 2019 de 14h30 à 16h30
Séance 5 : Lundi 07 octobre 2019 de 14h30 à 16h30
Séance 6 : Lundi 14 octobre 2019 de 14h30 à 16h30

Lieu : Espace Jean-Claude Klein
rue des Vergers
67610 LA WANTZENAU

Atelier gratuit - Places limitées

Inscriptions et renseignements :

Sur le site www.atoutagealsace.fr ou au 03 89 20 79 43

EN PARTENARIAT AVEC :



ET AVEC LE SOUTIEN DE :

