

“A Table avec la Farandole”

du 12 au 22 Novembre

Nutrition & prévention santé

S’informer, prévenir, dépister la dénutrition...

La dénutrition c’est quoi : C’est un déséquilibre nutritionnel, qui peut provoquer une perte de poids, un affaiblissement des muscles et de la force.



14/11

Atelier cuisine avec nos légumes de saison

14h/17h

Venez préparer le goûter sucré / salé avec les légumes de saison.



18/11

P’tit déjeuner

9h30/12h

Partageons ensemble un p’tit déjeuner équilibré.



19/11

Conférence

10h/12h

Parlons prévention santé avec Mme Martin-Bêche diététicienne autour d’atelier.



22/11

Soirée soupes partagées

A partir de 17h30

Venez avec vos légumes et vos recettes préférées pour un moment de convivialité.

