

Atelier-intervention - axe Vieillir  
Espace de vie Sociale

Le  
Lien  
— 26

# Ateliers Nutrition Santé et Plaisir

*pour les + de 60 ans*

Les mardis de 15h à 16h  
en alternance La Bégude-Bourdeaux-Dieulefit

Bien manger avec des aliments vivants  
Découvrir des produits, des cuissons  
Adapter son alimentation à ses  
besoins.

Myriam Monteil

Conseillère en nutrition et bien-être

06 09 88 02 20

# Ateliers seniors

## Nutrition

## Santé-Plaisir



Les mardis de 15h à 16h

<b>La Bégude</b>	<b>Bourdeaux</b>	<b>Dieulefit</b>
Salle des aînés	Salle MDA 3	au Lien 26
04/10	11/10	18/10
25/10	08/11	15/11
22/11	29/11	06/12
13/12	20/12	

Participation réduite à 3€ , grâce au soutien de la Conférence des Financeurs et des communes que nous remercions.



Emilie : [emilie-lelien26@orange.fr](mailto:emilie-lelien26@orange.fr) 07 87 33 94 94

Myriam : [myriam.monteil26@gmail.com](mailto:myriam.monteil26@gmail.com) 06 09 88 02 20