



## RENCONTRE SANTÉ



ALIMENTATION



# ➤ MA SANTÉ AU MENU

## Mardi 3 et mercredi 4 mars



9h30 – 16h00



**SALLE LEOPOLD DELISLE**

Rue Léopold Delisle  
50700 Valognes



### DEUX JOURNÉES POUR :

- Echanger sur les besoins nutritionnels, la préparation des repas, les étiquettes alimentaires & son budget avec une diététicienne.
- Pratiquer des exercices de coordination, mobilité, équilibre avec un éducateur sportif.

Encadrée par des professionnels, les journées sont ouvertes aux échanges dans une ambiance conviviale.

**INSCRIPTION  
GRATUITE**

➤ Via le QR CODE :

Informations :  
Mutualité Française  
02 31 94 96 96



#Rencontresanté

