



Le **C**entre **I**ntercommunal d'**A**ction **S**ociale des communes
d'Eckwersheim,

Lampertheim, Mundolsheim et Vendenheim,

propose aux séniors de plus de 55 ans

en partenariat avec l'association « Siel Bleu »

un atelier de 5 rencontres sur le thème :

La Santé dans nos assiettes



Un atelier de cuisine pour comprendre et adapter votre alimentation à vos besoins alimentaires.

Pendant 2h, venez élaborer un menu complet et équilibré, avec l'aide d'une diététicienne diplômée.

ATELIER DE CUISINE

Atelier de 5 séances collectives

Les vendredis du 28 Avril au 26 Mai de 9h30 à 11h30.

Dans la salle des tilleuls de Lampertheim.

Inscription au **CIAS 03 88 64 78 04** ou animation@cias-vendenheim.fr

Participation financière : **10€** par séance