

Nutrition :

Nos besoins après 60 ans



- *L'assiette pleine santé après 60 ans*
- *Le bon gras*
- *Les féculents, un plein d'énergie*

Les jeudis 20 et 27 mars 2025 de 10h à 11h30

à LAMPERTHEIM

Animé par Julie ZERR (Diététicienne)

Atelier réservé aux plus de 55ans.

Participation financière de 10€/pers

Sur Inscription au CIAS

03.88.64.78.04 ou
animation@cias-vendenheim.fr