

# 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