



# NUTRITION

## seniors

**UN CYCLE D'ATELIERS POUR APPROFONDIR VOS CONNAISSANCES  
ANIMÉ PAR BÉRANGÈRE DAGUET - DIÉTÉTICIENNE À SURBOURG**

**Atelier 1 - L'équilibre alimentaire**

**Atelier 2 - La rythmicité et diversité alimentaire**

**Atelier 3 - Choisir ses aliments**

**Atelier 4 - Déjouer les pièges des aliments transformés**

**Atelier 5 - La convivialité rime avec l'alimentation**

**TOUS LES JEUDIS DE 9H À 11H  
DU 23 NOVEMBRE AU 21 DÉCEMBRE  
21 DÉCEMBRE PARTAGE D'UN REPAS DE FÊTE**

## LIEU

**SALLE POLYVALENTE DE  
LANGENSULTZBACH  
1 RUE DE NEHWILLER**

## INSCRIPTION & RENSEIGNEMENTS

**[CONTACT@CPTSPAYSDESSOURCES.ORG](mailto:CONTACT@CPTSPAYSDESSOURCES.ORG)  
OU 06 13 26 94 52 - ADELINE BOWE**

