



BIEN DANS SON ASSIETTE, BIEN DANS SA TÊTE

JEUX SENSORIELS

Découvertes sensorielles des aliments bons pour la santé physique et mentale.

Le mardi 1 avril de 14h à 16h.

JEUX CONVIVIAUX

Jeux pédagogiques autour de l'alimentation, de l'activité physique et de l'accessibilité financière du Bien Manger.

Le lundi 7 avril de 14h à 16h.

ATELIER LACTO

Confection d'un bocal de légumes lactofermentés.

Le lundi 14 avril de 14h à 16h.

ATELIER CUISINE

Repas convivial pour partager ensemble des recettes bonnes pour le moral et à moindre coût.

Le mercredi 7 mai de 11h à 14h.



ATELIERS GRATUITS À DESTINATION DES SENIORS DE + DE 60 ANS.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE AU 02 98 51 61 27.

RENDEZ-VOUS À L'ESPACE SPORTIF DE BRÉHOULOU (ATELIER 1 ET 2),

PUIS AU LABEL À FAIRE, 39 Z.A DE PARK C'HASTEL, 29 170 FOUESNANT (ATELIER 3 ET 4).