

# ATELIERS ALIMENTATION

## PROGRAMME 2019

### LE SUCRE

*Quels effets sur notre santé et les alternatives*

Lundi 28 janvier 18h-20h

### VEGETAL ou ANIMAL ?

*Le point sur les protéines et graisses végétales et animales, comment équilibrer ?*

Lundi 11 mars 18h-20h

### LECTURE D'ETIQUETTES

*Apprendre à décrypter les étiquettes*

Lundi 20 mai 18h-20h



**Lieu** Dispensaire 21 rue des Arbres Ecrits à CREST

**Réservation** 06 21 80 21 16 (nombre de places limitées)

**Participation** : Adhésion à l'association (pour les non-adhérents) + 4 euros