

# L'Alimentation dans tous ses états

Ateliers animés par une diététicienne



## AU MENU



### Loto Gourmand

**Jeudi 10 décembre - 13h30 à 16h30**

- Découvrez l'alimentation sous une forme ludique et conviviale !

### Atelier Décryptage des étiquettes

**Jeudi 7 janvier - 10h-12h**

- Analyse de vos caddies et des aliments ultra-transformés

### Balade gourmande

**Jeudi 21 janvier - 10h-12h**

- Escapade qui combine activité physique et alimentation locale

### Atelier Cuisine

**Jeudi 4 février - 10h-12h30**

- Préparation d'un menu équilibré et partage du repas

Réservé aux + de 60 ans  
**GRATUIT**

**SALLE CANCAVEN**

Rue Arnstein, Cancale

**ESPACE JOSEPH PICHOT,  
SALLE OLIVIER BIARD**

48 rue du Port, derrière  
la Mairie, Cancale

**DEVANT LE MAGASIN  
PANIER DES SAVEURS**

19 Rue du Port, Cancale

**SALLE CANCAVEN**

Rue Arnstein, Cancale

**SUR INSCRIPTION**

**Auprès du CCAS de Cancale**

Par téléphone au 02 99 89 93 86 ou par mail :  
charline.bernard@ville-cancalle.fr

**www.lesinsatiables.org**   