sipag

Le **partenaire** des seniors

Ateliers CUISINE, SANTÉ & NUTRITION

NOUVEAU !

**(Re)découvrez ce que vous aimez manger,
cuisinez de nouvelles recettes
et apprenez les besoins nutritionnels liés à l'âge
au travers d'un cycle de trois ateliers de cuisine.**

3 ATELIERS THÉMATIQUES

EN PARTENARIAT AVEC silver fourchette RHÔNE

1 › **La santé dans mon assiette** - À la découverte des clés d'une alimentation santé

2 › **Gastronomie sauvage** - Pour (re)découvrir les plantes sauvages comestibles du Rhône, apprendre à les reconnaître et les cuisiner !

3 › **Ciboulot & Ciboulette** - Ou comment faire de l'alimentation un allié de notre mémoire ?

3 ATELIERS DE 3 HEURES CHACUN
EN DÉCEMBRE 2021
JANVIER ET FÉVRIER 2022

60 € LES 3 ATELIERS

ATTENTION ! NOMBRE DE PLACES LIMITÉ

PASS SANITAIRE OBLIGATOIRE POUR CHAQUE PARTICIPANT - SELON LA LÉGISLATION EN VIGUEUR

sipag

SYNDICAT INTERCOMMUNAL DESTINÉ AUX PERSONNES DE PLUS DE 60 ANS

124 PLACE ANDRÉE-MARIE PERRIN - 69290 CRAPONNE

Tél. 04 37 22 07 24 • e-mail : contact@lesipag.org • www. lesipag.org