



Calendrier & bulletin d'inscription aux 3 Ateliers Cuisine, santé & nutrition

EN PARTENARIAT AVEC

silver
fourchette
RHÔNE

PASS SANITAIRE OBLIGATOIRE

Atelier cuisine 1 sur 3 "La santé dans mon assiette"

Bien manger pour être au mieux de sa forme : venez découvrir les clés d'une alimentation santé au travers d'échanges et de pratiques culinaires sur les besoins nutritionnels induits par l'âge.

Rendez-vous : Le 9 ou le 16 décembre (au choix)

À : Charmanon-Petits Frères des Pauvres
3 Grande Rue • 69290 GRÉZIEU-LA-VARENNE

CHOISISSEZ LA SÉANCE
QUI VOUS CONVIENT

- Jeudi 9 décembre
de 14h30 à 17h30
OU
 Jeudi 16 décembre
de 14h30 à 17h30

Atelier cuisine 2 sur 3 "Gastronomie sauvage"

Partez en balade... virtuelle... avec nous, en compagnie d'un agent double : chef cuisinier passionné la semaine, herboriste et guide le weekend.

Pour (re)découvrir les plantes sauvages comestibles du Rhône, apprendre à les reconnaître et les cuisiner !

Rendez-vous : Le 19 ou le 26 janvier 2022 (au choix)

À la Maison de la rencontre
834 Chem. des Verchères • 69280 MARCY-L'ÉTOILE

CHOISISSEZ LA SÉANCE
QUI VOUS CONVIENT

- Mercredi 19 janvier
de 14h à 17h
OU
 Mercredi 26 janvier
de 14h à 17h

Atelier cuisine 3 sur 3 "Ciboulot & Ciboulette"

Comment faire de l'alimentation une alliée de notre mémoire ? Venez apprendre les clés d'une alimentation saine bénéfique pour sa santé et sa mémoire, grâce à des recettes originales, des conseils et des jeux pour travailler sa mémoire.

Rendez-vous : Le 21 février 2022 matin ou après midi

À la salle Polyvalente - Rue des Écoles • 69670 VAUGNERAY

CHOISISSEZ LA SÉANCE
QUI VOUS CONVIENT

- Lundi 21 février
de 9h à 12h
OU
 Lundi 21 février
de 14h à 17h

PENSEZ À BIEN NOTER LES DATES ET HORAIRES DANS VOTRE AGENDA AVANT DE NOUS RENDRE LE BULLETIN D'INSCRIPTION

À renvoyer accompagné de votre règlement par chèque de 60€ (tout compris pour les 3 ateliers) à l'ordre du "TRÉSOR PUBLIC".
au SIPAG : 124 PLACE ANDRÉE-MARIE PERRIN - 69290 CRAPONNE



NOM : Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Code postal : VILLE :

Téléphone : E-Mail :