

## Ateliers cuisine

Vendredis 22 mai, 29 mai, 5 juin et 12 juin

Et si mieux manger devenait simple et accessible à tous ? La MELC vous propose un cycle d'ateliers dédié à la prévention et à la nutrition, en partenariat avec la Ligue contre le cancer.



Animés par une diététicienne, ces rendez-vous vous permettront de découvrir les bases d'une alimentation équilibrée, de mieux comprendre vos besoins et d'adopter de bons réflexes au quotidien. Conseils pratiques, astuces et moments de partage rythmeront ces séances conviviales.

Que vous souhaitiez améliorer votre alimentation ou simplement en apprendre davantage, ce cycle d'ateliers est fait pour vous.

Nombre de places limité – Sur inscription à la MELC

Infos pratiques

**Sur inscription**

01.30.27.30.90