



## [ANNULÉ] UN CYCLE D'ATELIERS NUTRITION POUR LES SENIORS

Comment manger équilibré tout en se faisant plaisir ? Un cycle d'ateliers est proposé aux personnes de plus de 55 ans. Les inscriptions sont encore ouvertes !

Mis en ligne le 12 mars 2021

L'alimentation joue un rôle important sur notre santé. Un certain nombre d'affections (telles les maladies cardio-vasculaires, l'obésité, le diabète,...) sont en effet souvent les conséquences d'une alimentation inadaptée.

Dans le cadre de ses actions de prévention, la Mutualité Sociale Agricole Loire-Atlantique – Vendée met en place un cycle de 6 ateliers « La santé dans l'assiette » sur la commune de Sucé sur Erdre en partenariat avec le CLIC Erdre et Gesvres et du Pays de Blain.

Animés par une diététicienne, ces ateliers ont pour objectif de s'informer et d'échanger sur les clés d'une alimentation équilibrée. Ces ateliers permettent également de partager idées recettes et trucs et astuces afin d'allier équilibre alimentaire et convivialité.

Dates des Ateliers Nutrition :

14, 21, 28 avril, 12, 19, 26 mai 2021

De 9h30 à 12h00

SUCE SUR ERDRE

Date limite des inscriptions : 3 avril 2021

En pratique

Toute personne à partir de 55 ans peut s'inscrire quel que soit son régime de sécurité sociale.

Pôle Prévention MSA : 02 40 41 30 83.

Tarif : 40 € pour l'ensemble du cycle



≡ RETOUR À LA LISTE



**Mairie d'Héric**

2 Rue Saint Jean  
44810 HÉRIC

☎ 02 40 57 96 10

📞 CONTACTEZ-NOUS

**Horaires :**

**Lundi - Mercredi - Vendredi**

9h-12h30 / 14h-17h30

**Mardi et Jeudi**

9h-12h30

**Samedi**

9h30-12h00