Seniors en cuisine !

Un atelier cuisine est proposé aux seniors de plus de 60 ans.

Participez à un atelier cuisine gratuit animé par un chef et un diététicien, en partenariat avec l'association les Insatiables.

Rendez-vous le mardi 16 avril, de 10h à 12h30 à l'espace jeunesse pour cuisiner des produits locaux et de saison puis déguster les préparations. L'occasion de sensibiliser au bien manger et bénéficier de conseils nutritionnels adaptés.

Au programme :

- préparation de recettes, apprentissage de techniques et découverte de conseils nutritionnels adaptés
- dégustation conviviale en fin d’atelier

Réservé aux plus de 60 ans. Inscription obligatoire au 02 35 68 93 61.

Inscription obligatoire au 02 35 68 93 61

contact

Service seniors

Coordonnées :

- 02 35 68 93 82
- Esplanade Tony Larue