



Pour les +
de 60 ans

10 € les 8
ateliers



ATELIERS CUISINE & NUTRITION SENIORS

4 ATELIERS CULINAIRES

Les jeudis 10 oct, 7 nov, 13 nov, 28 nov de 10H à 13H

4 ATELIERS THEORIQUES

Le jeudi 3 oct, mardi 29 oct, les jeudis 14 nov et 5 déc de
10H à 12H

+ SEANCE SUR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Animés par **Adrien MASSAU**,
Diététicien – Nutritionniste au Pôle Nutrition

À VIERZON,

À EPICEA, 1 rue Bobby sands et des martyrs Irlandais

Renseignements et inscriptions : 06 64 31 29 42