Conférence "Bien dans son assiette "

Quand bien manger rime avec santé ou comment bien manger pour vieillir en bonne santé !

L’atelier « Bien dans son assiette » vous donne les clés pour adopter les bons réflexes tout en conciliant plaisir et santé !

Après une première conférence, venez assister chaque semaine à un atelier animé par une diététicienne en partenariat avec le PRIF (Prévention Retraite Ile-de-France) !

Au programme :

- Conférence le **jeudi 2 septembre 2021 (Salle des 4 saisons - Hôtel de Ville)** de 10h00 à 11h30

-Des ateliers animées **les jeudis 9, 16,23, et 30 septembre 2021 et le jeudi 7 octobre** 2021 de 10h00 à 12h au foyer Burgard.

Retrouvez le programme ici

Inscription au Foyer Burgard (01 30 69 19 18) ou par mail : animation.seniors@mairie-trappes.fr

Adresse

Salle des 4 saisons (Hôtel de Ville)
1 place de la République
78190
Trappes

Contact

Inscription au Foyer Burgard (01 30 69 19 18) ou par mail : animation.seniors@mairie-trappes.fr

Foyer Burgard

01 30 69 19 18