

mardi
18
FÉVRIER
9h30-16h

BORDEAUX
Ma ville

BOUGE ton alimentation !

CENTRE D'ANIMATION BASTIDE BENAUGE
23 RUE RAYMOND POINCARÉ, 33100 BORDEAUX

CINÉ SUGARLAND

9h30 : accueil petit-déjeuner

10h-12h15 : Projection des extraits du film Sugarland et atelier interactif animé par des diététiciennes-nutritionnistes

Le sucre est-il un poison ? Non, mais il peut le devenir à forte dose ! Apprenons à allier équilibre, plaisir et porte-monnaie !
en partenariat avec la Maison de la nutrition, Interfel et Laurence Haurat, psychologue nutritionniste



REPAS Bar à soupes et tartines

12h15 : Buffet convivial et éducatif

Buffet gratuit et confectionné par les habitants de la Benauge ainsi qu'un bar à soupe.

Choisis tes ingrédients et mixe ta soupe !

proposé par VRAC et les habitants du quartier

ATELIER Défie ton alimentation !

14h-16h : Atelier ludique et réflexif sur l'alimentation

Comprendre et agir ensemble ! Objectif : se lancer un défi individuel ou collectif pour une alimentation plus saine et plus respectueuse pour soi, ses proches et son environnement !

animé par e-graine Nouvelle-Aquitaine et Interfel



INSCRIPTIONS :

05 56 10 19 37

p.lherm@mairie-bordeaux.fr

