

## PARCOURS – NUTRITION LOZÈRE

# DECRYPTER LES PIÈGES DES ÉTIQUETTES ALIMENTAIRES

Atelier gratuit pour les plus de 65 ans animé par  
**ARMELLE GALLAND** Diététicienne  
Conférence-Débat-Dégustation

**MERCREDI 23 MAI à 14h30**

**à la Bibliothèque Municipale de Pont de Montvert**

**INSCRIPTION NECESSAIRE AUPRÈS DE CHRISTIANE 07 61 00 78 45 NOMBRE DE PLACES LIMITE À 12 PERSONNES**



**Un atelier sur les étiquettes alimentaires et ses pièges  
à la bibliothèque du Pont de Montvert !**

Dans le cadre de sa politique publique en faveur de l'ensemble des personnes âgées de plus de 60 ans, le Département met en œuvre des actions de prévention des risques liés au vieillissement et à la perte d'autonomie.

À travers des dispositifs de développement social local, les animations retenues, cette année encore, visent à rassembler les plus de 60 ans autour du thème de " bien vieillir ensemble" lors d'ateliers gratuits abordant des sujets aussi divers que la santé, la nutrition, la mémoire, le bien-être, l'estime de soi, la sécurité à son domicile ou la sécurité routière etc...

**Ainsi vous pourrez vous inscrire pour un atelier intitulé "Décrypter les pièges des étiquettes alimentaires" proposé par Mme Armelle Galland, diététicienne, qui aura lieu le mercredi 23 mai à 14h30 à la bibliothèque municipale de Pont de Montvert.**

Attention ! La conférence-débat étant suivie d'un atelier découverte-dégustation, le nombre de places est limité à douze personnes. **Par conséquent, la réservation est nécessaire Auprès de Christiane Molines au 07 61 00 78 45.**

Le mercredi 13 juin à 14h30, nous retrouverons avec plaisir Katrin'Maure, conteuse, pour un après-midi d'histoires et de partage.