

CONSOM'INFO MAIL

AGENDA - FEVRIER 2016

A LA DECOUVERTE DES EGOS GESTES POUR DEPENSER MOINS ET VIVRE MIEUX

**QUIZ :
TESTEZ VOS CONNAISSANCES!**

**EXPOSITION : TRUCS ET ASTUCES POUR
DEPENSER MOINS**

Mardi 9 février à partir de 14h

A LA CONSOM'BOUTIQUE

*Dégustation : recettes anti-gaspi
et équilibrées*

*Atelier : préparer ses produits
d'entretien*

BIEN MANGER, BIEN VIEILLIR

Réunion animée par **Caroline QUESLIER**, diététicienne



ENTREE LIBRE ET GRATUITE

COMMENT ADAPTER SON ALIMENTATION

POUR BIEN VIVRE

A 14H00

Jeudi 25 février 2016

A LA MAISON DES ASSOCIATIONS, 1018 GRAND PARC

En mars :

**Atelier sommeil
et
respiration,**

Avec l'IRSA

Sur inscription auprès de la Consom' Boutique

Informations complémentaires dans le prochain bulletin.

Pour toutes questions, inscriptions ou autres renseignements :

Consom' Boutique - CCAS

405 Quartier Haute Folie 14200 Hérouville-Saint-Clair
02.31.45.34.36 - consomboutique@herouville.net

Retrouvez toutes les actualités sur le site
internet de la ville :

www.herouville.net/La-Consom-boutique-du-CCAS