



**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**
PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR

MA SANTÉ AU MENU

**GRATUIT
SUR
INSCRIPTION**

**DU 07 SEPTEMBRE
AU 12 OCTOBRE**
de 14h30 à 17h00

Salle Ponant

Centre culturel
Place Gabriel Péri
SAIN T R A P H A È L

**Inscription, renseignements :
CCAS**

Tél. : 04.94.19.59.97

Nos partenaires :



ATELIER ALIMENTATION ET MAINTIEN DE L'AUTONOMIE

- Équilibre alimentaire adapté à chacun
- Idées de menus
- Lecture des étiquettes alimentaires
- Activité physique

Atelier de 6 séances hebdomadaires

#BienVieillir



Avec le soutien de la

cnsa
Caisse nationale de
solidarité pour l'autonomie

ARS
Agence Régionale de Santé
Provence-Alpes
Côte d'Azur

LE DÉPARTEMENT

SAIN T R A P H A È L
PARTENAIRE