

Et si être **retraité** c'était

**oser autre chose que  
des recettes de  
grand-mères ?**

**ATELIER  
NUTRITION**

À  
**LA ROCHE MAURICE**

**Réunion publique "Alimentation et plaisir  
pour bien vieillir" Le 09 Janvier à 14h30**

**Animé par une diététicienne de Défi santé nutrition  
Salle Roc'h Morvan - La Roche Maurice**

Suivi du **programme "Bien manger pour son bien-être"** de 9 séances les **jeudis  
matin** du 23 Janvier au 03 Avril. 12 places - Inscriptions à l'issue de la réunion publique

**Gratuit**

Défi santé nutrition 

Renseignements au 07 56 94 09 97  
Entrée libre sans inscription à la réunion publique