

Les
INSATIABLES

Groupes SOS

Cuisiner sans s'essouffler



**Vous cuisinez régulièrement pour
un proche de plus de 60 ans?**



PROGRAMME



- 3 ateliers ludiques et conviviaux animés par une diététicienne et une ergothérapeute
- De nombreux conseils et astuces
- Des moments de partage et de bonne humeur !

Bien s'organiser en cuisine

Vendredi 10 Novembre 2023 : 14h - 15h30

Découverte des astuces techniques pour le quotidien

Vendredi 17 Novembre 2023 de 14h - 16h

Atelier Cuisine : recettes faciles et gourmandes !

Vendredi 24 Novembre 2023 de 14h à 16h30

LIEU :

ASSOCIATION LA CIGALE ET LA FOURMI
270 ROUTE DE DIEPPE
76770 MALAUNAY

INSCRIPTION OBLIGATOIRE : **La Cigale et La Fourmi**

lacigaleetlafourmi76@gmail.com
06 02 30 35 68



Relais Aidants Aidés

www.lesinsatiables.org   

Carsat Retraite
& Santé
au travail
Normandie