

BIEN DANS MON ASSIETTE

ATELIERS COLLECTIFS DESTINÉS AUX SENIORS ET LEURS AIDANTS !



Mardi 6 octobre 2026

Mangez malin, mangez sein : les secrets de l'assiette équilibrée !



Mardi 13 octobre 2026

Mettez-vous aux fourneaux, puis dégustez la recette préparée ensemble !



Mardi 20 octobre 2026

Découvrez des saveurs qui vous veulent du bien !



GRAYAN-ET-L'HÔPITAL
(Maison des associations)

**Des astuces pour une
alimentation plus saine,
équilibrée et économique.**

**3 ateliers pour aider
ceux qui aident**

**GRATUIT
SUR INSCRIPTION**

NOS PARTENAIRES :

SOLiHA
SOLIDAIRES POUR L'HABITAT


PRÉFÈTE
DE LA RÉGION
NOUVELLE-AQUITAINE
Liberté
Égalité
Fraternité

Direction régionale
de l'économie, de l'emploi,
du travail et des solidarités



+ D'INFOS

Tel : 06 24 02 83 46 - 06 24 02 88 38
franceservices@ccmedocatlantique.fr

**MEDOC
ATLANTIQUE**
Communauté de Communes
De l'estuaire à l'océan !


**France
services**
Liberté
Égalité
Fraternité

