

# Les Causeries Santé

Comment faire plus attention à ce que l'on mange ? À manger plus sainement ? À favoriser l'utilisation de produits locaux sans se ruiner ? Comment inciter toute sa famille à enfiler les tabliers et à cuisiner tous ensemble ? Autant de questions, dont les réponses ne sont pas toujours évidentes à trouver...

Pas de panique ! Toutes ses réponses vous seront données avec les **ateliers "Causeries Santé", du 14 novembre au 30 janvier**. Des ateliers articulés en six séances, **les jeudis et vendredis après-midi, de 13h45 à 16h15 à la Maison de la Challe**.



**Attention : Une inscription vous engage à participer à l'ensemble des séances. Nous vous invitons à vérifier vos disponibilités au préalable.**

[Inscrivez-vous ici !](#)

## **DATES**

**Jeudi 14 novembre**  
**Jeudi 28 novembre**  
**Vendredi 6 décembre**  
**Jeudi 19 décembre**  
**Jeudi 16 janvier**  
**Jeudi 30 janvier**

## **SÉANCES**

**Interconnaissances**  
**Local et pas cher**  
**Anti-gaspi**  
**Cuisiner avec et pour toute la famille**  
**Manger moins gras et moins sucré**  
**Bilan**

Un dispositif proposé par la ville d'Éragny, avec la participation de l'association Globe Croqueurs et de l'Agence Régional de Santé Île-de-France.

Infos pratiques

## **Causeries Santé**

**De novembre 2024 à janvier 2025**

**Maison de la Challe**

**À noter :** Une inscription vous engage à participer à l'ensemble des séances, nous vous invitons à vérifier vos disponibilités au préalable.

Liens utiles

[Inscriptions aux Causeries Santé](#)

Contact

Renseignements au 01 34 48 51 89

