



Rendez-vous conso à Saint-Désert UFC Que Choisir



Jeudi 30 novembre à 9h30 à l'Espace France Services

Manger équilibré au meilleur prix

Pour manger équilibré, l'idéal est de cuisiner des plats maison à base d'aliments bruts. Mais ce n'est pas toujours possible. Par manque de temps, nous consommons des aliments transformés.

Comment choisir ceux qui répondent le mieux à nos besoins nutritionnels ?

Cet atelier vous permettra de décrypter les informations disponibles sur les produits pour évaluer leur intérêt nutritionnel et d'acquérir les repères nutritionnels du PNNS.

Les ateliers sont gratuits et sur inscription au 03 73 55 02 99

à l'Espace France Services 42 avenue de Bourgogne 71390 Saint-Désert

