



09 Janvier 2020
"Manger, Bouger"
Le petit-déjeuner du sportif
Préparation: Pain perdu



06 Février 2020
Amis ou ennemis?
Comprendre la composition des aliments
Préparation: Crêpes



05 Mars 2020
Prévention des Cancers
Préparation: Crème Budwig



02 Avril 2020
Information sur la vaccination
Préparation : Smoothies de fruits



07 Mai 2020
Boissons de convivialités
Intérêt et dangers des boissons stimulantes
Dégustation de boissons

Invitation aux PETITS - DÉJEUNERS SANTÉ



Quand ?

Tous les premiers jeudis du mois
de 9 h 30 à 11 h 30



Provence Verte Solidarités

Où ?

A Promo Soins en Provence Verte
148, Avenue Frédéric Mistral
83170 BRIGNOLES
Tél : 04 83 07 00 41

www.provence-verte-solidarités.fr



Pour s'inscrire :

- ☞ Contactez votre référent social (UTS, CCAS, Association...)
- ☞ Parlez-en avec votre médecin RSA
- ☞ Rencontrez Mme LEBRUN
- ☞ Adressez-vous directement à l'accueil de Promo Soins

Animation & Coordination :

Mme Fatima LEBRUN
Diététicienne et Conseillère en Économie
Sociale Familiale

Direction de l'Insertion Unité Fonctionnelle
d'Insertion de DRAGUIGNAN



09 Janvier 2020

"Manger, Bouger"

Le petit-déjeuner du sportif

Préparation: Pain perdu



06 Février 2020

Amis ou ennemis?

Comprendre la composition des aliments

Préparation: Crêpes



05 Mars 2020

Prévention des Cancers

Préparation: Crème Budwig



02 Avril 2020

Information sur la vaccination

Préparation : Smoothies de fruits



7 Mai 2020

Boissons de convivialités

Intérêt et dangers des boissons stimulantes

Dégustation de boissons



Invitation aux PETITS - DÉJEUNERS SANTÉ



Quand ?

Tous les premiers jeudis du mois
de 9 h 30 à 11 h 30

Où ?

A Promo Soins en Provence Verte
148, Avenue Frédéric Mistral
83170 BRIGNOLES
Tél : 04 83 07 00 41



Provence Verte Solidarités

www.provence-verte-solidarités.fr



Pour s'inscrire :

- ↪ Contactez votre référent social (UTS, CCAS, Association...)
- ↪ Parlez-en avec votre médecin RSA
- ↪ Rencontrez Mme LEBRUN
- ↪ Adressez-vous directement à l'accueil de Promo Soins

Animation & Coordination :

Mme Fatima LEBRUN
Diététicienne et Conseillère en Économie
Sociale Familiale

Direction de l'Insertion Unité Fonctionnelle
d'Insertion de DRAGUIGNAN