



MÉDIATHÈQUE
LES TRIBOQUES
BRUMATH

Rencontres

On en fait tout un plat !

Adultes

Sur inscription

Au mois d'avril et mai

Série de rencontres autour du bien-être alimentaire.

par la MSA, le REDOM et la Mutualité française

Réservation en ligne sur biblio-tilt.agglo-haguenau.fr

Contactez-nous au 03 88 52 52 87 ou par mail

à mediatheque.brumath@agglo-haguenau.fr

Coordonnées : 9 rue Jacques Kablé - 67170 Brumath



santé
famille
retraite
services



Conférence « Le ventre un deuxième cerveau ? »

Vendredi 14 avril à 19h30

Notre microbiote est un allié indispensable pour une bonne digestion. Découvrez comment en prendre soin grâce à des habitudes alimentaires saines.

Par Claudia Adam, diététicienne-nutritionniste

Public : Adultes

Atelier « Mes étiquettes à la loupe »

Mardi 2 mai à 19h30

Une initiation pour comprendre de quoi se composent nos produits alimentaires et mieux les choisir.

Par Débora Muths, chargée de projet en prévention et promotion santé à la Mutualité française Grand Est

Public : Adultes

Conférence « De la couleur dans mon assiette »

Vendredi 5 mai à 19h30

Faites le point sur l'équilibre alimentaire au cours de cette conférence sur l'alimentation.

Par Céline Distel, diététicienne du REDOM (Réseau Diabète et Maladies Métaboliques)

Public : Adultes

Conférence « Vegan, gluten...kesako ? »

Vendredi 12 mai à 19h30

Rencontre et échanges pour découvrir et comprendre les différents régimes alimentaires et les conséquences sur notre santé.

Par Céline Distel, diététicienne du REDOM (Réseau Diabète et Maladies Métaboliques)

Public : Adultes

Le Banquet des Triboques !

Mercredi 24 mai à 10h

Ateliers de cuisine et de partage de savoir-faire autour de la confection de recettes équilibrées.

Par Céline Distel, diététicienne du REDOM (Réseau Diabète et Maladies Métaboliques)

Public : Famille