

ALIMENTATION SAIN ET DURABLE À PETIT BUDGET

Maison de la consommation et de l'environnement • We Ker

Toutes les activités proposées ci-dessous sont gratuites, n'hésitez pas à vous inscrire !

PROGRAMME 2025

■ JEUDI 13 MARS • 14H - 16H

RETROUVER UN RYTHME DANS SON ALIMENTATION DU QUOTIDIEN

MCE • 48 bd Magenta • Rennes
atelier COLLECTIF
Céline Bergeran • diététicienne-nutritionniste

■ MARDI 13 MAI • 14H - 16H

DÉCOUVRIR LE PLAISIR DE MANGER À TRAVERS LES 5 SENS

MCE • 48 bd Magenta • Rennes
atelier COLLECTIF
Céline Bergeran • diététicienne-nutritionniste

■ MERCREDI 2 AVRIL • 11H - 15H

CUISINONS DES PLATS SIMPLES, ÉQUILIBRÉS ET DÉLICIEUX

ESS Cargo, Rennes 2 • bâtiment R
atelier CUISINE • REPAS PARTAGÉ
Céline Bergeran • diététicienne-nutritionniste

■ MARDI 27 MAI • 11H - 14H

CUISINER DES RECETTES SIMPLES ET DÉLICIEUSES POUR LE QUOTIDIEN

ESS Cargo, Rennes 2 • bâtiment R
atelier CUISINE • REPAS PARTAGÉ
Céline Bergeran • diététicienne-nutritionniste

■ JEUDI 24 AVRIL • 14H - 16H

CONSEILS ET ASTUCES POUR MANGER À MOINDRE COÛT

MCE • 48 bd Magenta • Rennes
atelier COLLECTIF
Céline Bergeran • diététicienne-nutritionniste

■ JEUDI 12 JUIN • 14H - 16H

DÉCRYPTER LES ÉTIQUETTES ALIMENTAIRES ET LES PUBLICITÉS

MCE • 48 bd Magenta • Rennes
atelier COLLECTIF
Céline Bergeran • diététicienne-nutritionniste

ATELIERS ALIMENTATION DANS VOTRE CENTRE WE KER

PARLONS ALIMENTATION : CONSEILS ET ASTUCES POUR BIEN MANGER À MOINDRE COÛT

+ permanences individuelles en nutrition
animées par une diététicienne-nutritionniste

SORTIES VÉLO

• JEUDI 26 JUIN, 9H-15H

DÉCOUVRIR L'ALIMENTATION SAIN EN QUELQUES COUPS DE PÉDALE

MCE • 48 bd Magenta • Rennes
Céline Bergeran • diététicienne-nutritionniste
Armande Cocquerez • Coordinatrice de l'association
Rayons d'action



CONTACT & INSCRIPTION

NOÉMIE PASSAVANT • NPASSAVANT@WE-KER.ORG
ET SUR LA PLATEFORME WE KER