Les applications mobiles pour « mieux » manger : info ou intox… ?

Mme FRANCK DELPHINE

INFORMATIONS

SAINT-LOUIS Espace Loisirs
(Salle 3)

Début le lundi 28 septembre 2020

DURÉE : 02:00

PROFILS : Diététicienne nutritionniste

PRE REQUIS :

A distance : avoir un ordinateur, une tablette ou un smartphone (utilisation de la plateforme Zoom). Afin de suivre la conférence dans de bonnes conditions, il faut impérativement une bonne connexion internet.

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 5SL374

Prix : 5.00 €

DESCRIPTION

Des questions à se poser pour bien manger au quotidien, c'est essentiel pour maintenir sa forme et son capital Santé.

Apprenez à bien organiser votre temps pour gérer les différentes activités de la journée, ainsi que pour faire vos courses au supermarché et vous mettre aux fourneaux. Des astuces et des outils existent pour vous faciliter ces tâches parfois contraignantes.

Un accompagnement par un professionnel diététicien nutritionniste peut vous aider à trouver des solutions à vos problématiques.

Il vous sera possible de passer à la pratique en vous inscrivant à l'atelier prévu le lundi 12 octobre à 9h (code 5SL372).

Les applications mobiles pour « mieux » manger : info ou intox… ?

Mme FRANCK DELPHINE

OBJECTIFS

Etre consomm'acteur, c'est-à-dire acteur de sa consommation et réussir à faire ses choix de façon cohérente avec sa santé, en fonction de critères nutritionnels, et non pas uniquement « marketing ».

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Lundi	28-09-2020	19:30	02:00	Espace Loisirs, 56 rue du DR. Hurst - 68300 Saint-Louis