

RENCONTRE SANTÉ

# MA FOURCHETTE *change d'assiette*



*Mardis*

**29 JUIN ET 6 JUILLET**  
de 14h à 16h



**COMMUNAUTÉ DE COMMUNES  
CÔTE D'EMERAUDE**

1, Esplanade des équipages

**PLEURTUIT**



**UN GESTE POUR MA SANTE  
ET LA PLANETE**

Participez aux deux ateliers  
interactifs de 2h, pour aborder  
l'alimentation équilibrée et  
durable

**GRATUIT**  
Sur inscription

Communauté de communes  
**Côte d'Emeraude**  
**02 23 15 13 15**



#Rencontresanté

# Vous vous intéressez à votre alimentation et à l'environnement ?

## Participez aux deux ateliers « Ma fourchette change d'assiette ! »

En 50 ans, nos habitudes alimentaires ont changé. Nous consommons moins de produits frais, plus de plats préparés... et le budget consacré à l'alimentation diminue. Ces comportements impactent notre santé et notre environnement.

Afin que chacun puisse agir, la MFB propose un cycle de deux ateliers de deux heures, ludiques et respectueux des choix de chacun. Ils permettront de réfléchir ensemble au contenu de notre assiette pour qu'elle respecte notre équilibre alimentaire et la planète sans se ruiner.

Manger équilibré et durable, c'est possible !

Ces ateliers sont gratuits, mais l'inscription est obligatoire (contact au dos).

### Le groupe est limité à une douzaine de participants !

 Les partenaires :

Dans le cadre du Projet Agricole et Alimentaire Territorial de la Communauté de Communes Côte d'Emeraude



L'Europe s'engage en Bretagne

Avec le Fonds européens régionaux pour le développement rural. Financé conjointement dans les années croisées.

