



EN SAVOIR PLUS...

Conférence

CROYANCES ET PRÉJUGÉS ALIMENTAIRES ²⁰⁸

par Dominique DUMAS

Vendredi 21 octobre 2022

à 18 h 30

Université populaire

Tarifs : 8 € adhérent, 4 € adhérent-25 ans, demandeur d'emploi et minima sociaux, 12 € non-adhérent

(1) Contact : Marianne CALLEMEYN – 06.01.75.73.83

PRÉSENTATION DE L'ACTIVITÉ

- Les glucides (sucres) sont à consommer prioritairement ?
- Avec l'âge j'ai besoin de plus de nutriments pour satisfaire mes besoins ?
- C'est mieux de préparer mes légumes sans ajout de graisses ?

De la production à la consommation, de notre assiette à la carte du monde, l'alimentation est sujette à de nombreux préjugés voire croyances.

L'alimentation est au cœur de multiples aspects qui forgent notre façon de penser.

Découvrez des explications qui pourraient vous surprendre et remettre en cause des généralités qui ont parfois dimensions de vérité.



CONFÉRENCIÈRE

Dominique DUMAS est Diététicienne-Nutritionniste, et Éducatrice sportive et formatrice.

(1) Si vous êtes déjà inscrit, vous pouvez contacter l'Accompagnateur pour toute information relative à cette activité. Sinon, les inscriptions se font sur notre site internet ou lors des permanences, et non auprès de l'Accompagnateur.