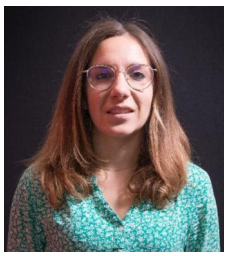
Café DIABÈTE à Châteaubriant

Atelier ludique et interactif
& pot offert par l'association.

AFD 44
Association des Diabétiques
de Loire Atlantique

1 — 2 — 3 — 4

Comment bien manger au meilleur coût ?



Laurence Grégoire, diététicienne animera ce café diabète.

- Comment mêler plaisir et santé au **meilleur coût** ?
- Conseils pour **gérer son budget**, quel qu'il soit.
- Astuces pour une meilleure **organisation** au quotidien autour des repas.
- Idées **recettes saines**, gourmandes et à **petit prix**.

Le mercredi 13 Décembre 2023

Le CASTEL PUB
25 place de la Motte 44110 Châteaubriant

De 18h15 à 20h15

Thierry NEVEU - 07 49 72 98 38

Réservation recommandée par mail ou téléphone (nombre de place limité).