

## Agenda de Réseau Santé Sud Alsace pour Juillet 2021

### Nos ateliers

**Jeudi 01 juillet 2021 - Cuisinons ensemble (à Mulhouse) :**

**Jeudi 01 juillet 2021 - Manger, c'est plus que se nourrir (à Altkirch) :**

Être à l'écoute de ses sensations alimentaires, se faire plaisir à travers une expérience de dégustation.

**Mardi 06 juillet 2021 - Equilibre alimentaire, si on faisait le point? (à Altkirch) :**

Venez démêler le vrai du faux sur les idées reçues concernant l'alimentation!

**Mercredi 21 juillet 2021 - Sucres : où et combien? (à Mulhouse) :**

Plaisir, besoin, poison... En savoir plus sur la place des sucres dans notre quotidien.

**Jeudi 22 juillet 2021 - Sucres : où et combien? (à Altkirch) :**

Plaisir, besoin, poison... En savoir plus sur la place des sucres dans notre quotidien.

**Mardi 27 juillet 2021 - Cuisinons ensemble! (à Mulhouse) :**

Venez participer à un atelier pratique pour découvrir de nouvelles recettes santé!

**Vendredi 30 juillet 2021 - Les étiquettes à la loupe (à Altkirch) :**

Devenez un consommateur averti en apprenant à décrypter les étiquettes alimentaires!