



Les Ateliers-Conférences

# *de Barbara*

« LE(S) SUCRE(S)  
Comment le(s) éviter  
dans notre alimentation? »



Une **conférence santé**  
animée par la nutritionniste **Barbara NIEF**  
suivie d'un atelier cuisine et d'un dîner  
au **MAS DE LA DAME**

**JEUDI 18 JANVIER À 18H**

Réservation obligatoire avant le 9 Janvier 2024  
par téléphone au 06 81 84 08 81

Nombre de places limité à 15 personnes

Participation : 45 €