

# DES ATELIERS POUR MIEUX VIVRE SON ALIMENTATION

## DESCRIPTION

À Liffré, un partenariat a vu le jour entre une association locale et le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS), visant à offrir aux personnes âgées de plus de 60 ans une série d'ateliers passionnants. Ces ateliers ont pour objectif de partager des recettes saines et savoureuses, élaborées à partir de produits locaux.

Ces ateliers revêtent une double importance en favorisant à la fois la santé et le tissu social. En partageant des recettes à base de produits locaux, les participants découvrent de nouvelles options alimentaires bénéfiques pour leur santé. Ils apprennent comment tirer parti des richesses de la région pour concocter des repas nutritifs.

Parallèlement, ces moments culinaires collectifs créent un espace propice aux échanges et aux rencontres entre les générations. Les participants partagent aussi des leurs histoires et expériences !



## CONTACT

📍 Liffré, 2023

✉ Mairie de Liffré: 02 99 68 31 45

## THÉMATIQUES

Solidarités et action sociale / Séniors

Solidarités et action sociale / CCAS

## REPÈRES

6,5



0 2 4 6 8 10