



**MUTUALITÉ  
FRANÇAISE**  
PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR

# MA SANTÉ AU MENU

**GRATUIT  
SUR  
INSCRIPTION**



**MERCREDI 3 ET  
JEUDI 4 JUILLET  
2024**

**de 9h00 à 16h00**

**CCAS**



**Salle du 4<sup>ème</sup> étage**

**100 rue des Remparts**

**TOULON**



**Inscription, renseignements :  
CCAS**

**Tél. : 04.94.92.45.07**



## **ATELIER ALIMENTATION ET MAINTIEN DE L'AUTONOMIE**

- Équilibre alimentaire adapté à chacun
- Idées de menus
- Lecture des étiquettes alimentaires
- Activité physique

**Nos partenaires :**



**#BienVieillir**



Mutualité Française Sud - organisme régi par le code de la Mutualité - [www.mescalytequila.com](http://www.mescalytequila.com)

