

L'ÉQUILIBRE...

DANS MES BASKETS

DANS MON ASSIETTE

DANS MA TÊTE

Venez échanger, cuisiner et bouger
avec des professionnels de santé.

Ateliers cuisine,
activités
physique et
ludiques en
famille



Diététiciennes
Enseignants en Activité
Physique Adaptée
Psychologue



10 | 10 | 2026

Familles avec enfant de 8 à 15 ans
de 9h30 à 14h30

📍 Centre Socioculturel Mix'City
19 Bis Rue Louis Blériot,
77400 Lagny-sur-Marne

Inscription obligatoire au 06 23 93 48 09 ou 01 60 93 45 08

AU PROGRAMME !



atelier cuisine
conseils diététiques
collation, repas

échauffement collectif
mouvements
challenge



atelier d'échanges
« j'aime, j'aime pas »
représentations imagées

ENEZ ÉCHANGER,
CUISINER ET BOUGER
AVEC NOUS !

Inscription obligatoire au 06 23 93 48 09 ou 01 60 93 45 08