



NUTRITION



➤ GOÛTER ÉQUILIBRÉ : MODE D'EMPLOI !

MARDI 10
Nov. 2026



DE 14H A 16H



RPE DES COLLINES

Lac de Champos

26260 Saint-Donat-sur-l'herbasse



UN ATELIER ANIMÉ PAR UNE DIÉTÉTICIENNE AUPRÈS DES PARENTS

Le goûter est un moment incontournable dans la journée de votre enfant, mais il n'est pas toujours facile de s'y retrouver :

- Quels aliments privilégier ? A partir de quel âge les proposer ?
- Comment composer un goûter équilibré, apprécié et adapté aux tout-petits ?

Cet atelier vous apportera des repères simples et des conseils pratiques pour mieux comprendre les besoins nutritionnels de votre enfant et faire des choix éclairés au quotidien.

L'occasion aussi de tester des recettes simples en toute convivialité !

**INSCRIPTION
GRATUITE**



Nos partenaires

➤ RPE des collines (Christine Buche) :

06 04 59 69 82 – c.buche@archeagglo.fr