



Où trouver les bonnes informations pour bien manger ?

Comment manger et bouger avec plaisir au quotidien ?



La nutrition, où en êtes-vous ?

En partenariat avec la commune de Lavans Vuillafans et le Contrat Local de Santé de la Communauté de communes Loue Lison



L'atelier comprend :

- 9 séances de 2h00 avec une diététicienne le mardi de 14h00 à 16h00 du 24 novembre au 26 janvier 2027
- 1 séance de pratique avec un professionnel de la cuisine le mardi 2 février 2027 de 14h00 à 16h30
- 1 séance bilan le mardi 16 mars 2027 de 14h00 à 15h30 avec la coordinatrice

**Salle au 6 Grande Rue
25580 Lavans Vuillafans**

Renseignements et inscriptions : 03 81 25 17 60 - lesbonsjours25@bfc.mutualite.fr



Actions financées également par :





Connaissez-vous les alliés du mieux vivre ?

Pensez-vous avoir les bons réflexes pour préserver votre capital santé ?



Vitalité

En partenariat avec la commune de Vuillafans et le Contrat Local de Santé de la Communauté de communes Loue Lison



Contrat
Local de Santé
Loue Lison

Atelier multithématiques (nutrition, mémoire, activité physique...) comprenant :

- 6 séances collectives de 2h30 le mardi du 17 novembre au 22 décembre de 14h00 à 16h30
- 1 séance bilan de 1h30 le mardi 9 février 2027 de 14h00 à 15h30

Mairie – Salle du Conseil
2 rue de la Gare – 25840 Vuillafans

Renseignements et inscription au 03 81 25 17 60



Actions financées également par :





Donnez de l'élan à vos relations

Un partage d'expériences et de repères pour maintenir et développer vos liens sociaux



Fête du lien

En partenariat avec le Contrat Local de Santé
de la Communauté de communes Loue Lison



ATELIER INTERACTIF COMPRENANT :

- 4 séances de 2h00 les lundis du 2 au 23 novembre de 9h00 à 11h00
- 1 séance bilan le lundi 4 janvier de 10h00 à 11h30

La Fabrique – 5 Rue St Laurent – 25620 Ornans

Inscription et renseignement au : 03 81 25 17 60



Actions financées également par :

