

**BRIVE**

LA MAISON SPORT SANTE  
PRESENTE SES



# ATELIERS SPORT & ALIMENTATION

PROGRAMME DE JANVIER À JUILLET 2026



Gratuits et ouverts à tous  
sur simple réservation téléphonique  
au 05 55 18 15 92

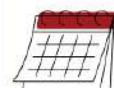


# PRO GRA MME 2026

de janvier à juillet



05 55 18 15 92



## AVRIL

➤ Mercredi 1<sup>er</sup> avril - 10h30



au centre aquatique

**New**

Alimentation éco responsable

➤ Vendredi 24 avril - 15h



à la Maison Sport-Santé

Menus et recettes de saison au Printemps



2 lieux pour plus d'ateliers :

→  à la Maison Sport-Santé, 8 avenue André Jalinat

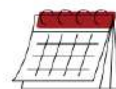
→  salle à l'étage du centre aquatique, boulevard Voltaire

## Animation par :



Fanny MACHAT  
Diététicienne

Chargée de l'élaboration des menus à la ville de Brive, Fanny anime aussi des ateliers "Nutrition" dans le cadre des missions de prévention santé et d'engagement de la ville dans le Programme National Nutrition Santé\*.



## FÉVRIER

➤ Mercredi 4 fév. - 15h



à la Maison Sport-Santé

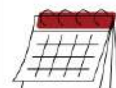
Alimentation et matières grasses cachées

➤ Vendredi 27 fév. - 10h30



au centre aquatique

Les justes portions alimentaires



## MARS

➤ Mercredi 11 mars - 15h



à la Maison Sport-Santé

Alimentation et hypertension

➤ Vendredi 20 mars - 15h



au centre aquatique

Les perturbateurs endocriniens dans l'alimentation



## MAI

➤ Mercredi 6 mai - 15h



à la Maison Sport-Santé

Alimentation des seniors pour garder force et vitalité !

➤ Vendredi 22 mai - 10h30



au centre aquatique

Le sel dans l'alimentation



## JUIN

➤ Mercredi 10 juin - 15h



à la Maison Sport-Santé

**New**

Mangez mieux, bougez plus !

➤ Vendredi 26 juin - 10h30



au centre aquatique

Alimentation et diabète



## JANVIER

➤ Mercredi 14 janv. - 10h30



au centre aquatique

**New**

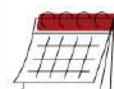
Mangez mieux, bougez plus !

➤ Vendredi 23 janv. - 10h30



à la Maison Sport-Santé

Décrypter les étiquettes des produits alimentaires pour un choix éclairé



## JUILLET

➤ Mercredi 1<sup>er</sup> juillet - 10h30



à la Maison Sport-Santé

Végétalisation des assiettes