

Journée alimentation et santé

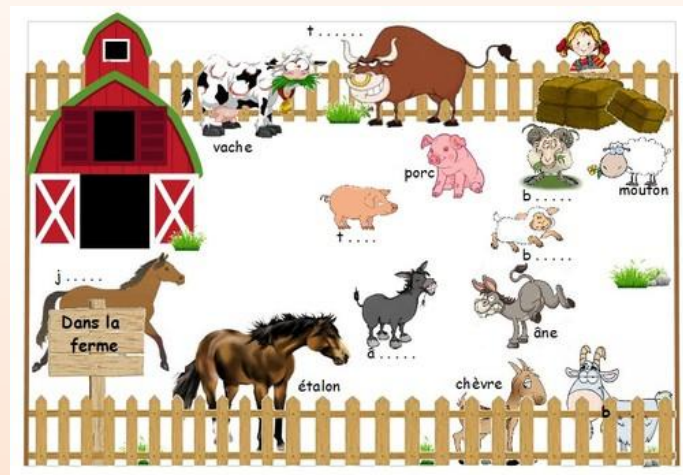


Samedi 28 octobre 2017 à la Tour du Crieu et Foix

10 h à la Ferme de Salset de la Tour du Crieu : circuit court

Elevage de plein air (porcs et agneaux), céréales
fermières dans une ferme en conversion biologique
depuis 2014, vente directe.

Visite guidée et dégustation de produits de l'exploitation
en fin de visite.



Repas partagé à la fédération Départementale au 21 rue des Chapeliers à Foix (près de Saint Volusien)

13h30 à Foix , 21 rue des Chapeliers

atelier équilibre alimentaire avec

Chantal Dubocs, diététicienne.

Exposé des règles de bases: les familles d'aliments,
les besoins de chacun... échanges avec les
participants : venez poser vos questions !

*Profitez-en pour remplir un tableau sur vos prises
alimentaires pour analyse le jour J, demandez le nous !*

Participation de 2 € la journée. Pour tous renseignements :



Fédération Départementale des Foyers Ruraux de l'Ariège

Maison de l'Animation Rurale - 21, rue des Chapeliers 09000 FOIX

05.61.01.56.74 - courriel : fdf09@wanadoo.fr