



VENDREDI
18 MARS
Petit
déjeuner
OFFERT
de 8h à 10h30

VILLAGE GOÛT NUTRITION SANTÉ

16 | 17 | 18 MARS
2022



> Mercredi et jeudi
Scolaires (sur inscription)

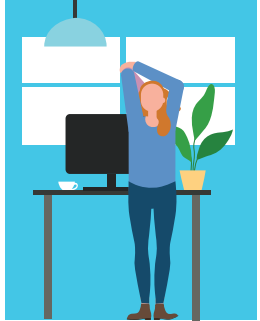
> Vendredi
Tout public (8h à 17h)

PLACE DE LA RÉPUBLIQUE
À DIJON

Gratuit



L'art
de manger,
le plaisir
de bouger.



ars
Agence Régionale de Santé
Bourgogne-Franche-Comté

LFR STAPS
Laboratoire de Recherche en Sciences du Travail et de la Prévention

L'INSTITUT
agro Dijon



dijon.fr || metropole-dijon.fr



Illustration: M. B. G. / Freepress

L'ART DE MANGER, LE PLAISIR DE BOUGER

Nous vous donnons rendez-vous au cœur du Village pour réveiller vos papilles et vous donner envie de pratiquer une activité physique quotidienne. Pour être acteur de votre santé, tout en vous faisant plaisir. Retrouvez cette année, un stand d'information dédié à la Cité internationale de la gastronomie et du vin et au projet Alimentation durable 2030.

LES TEMPS FORTS



> *Petit déjeuner offert*

Vendredi 18 mars de 8h à 10h30

Pour bien commencer la journée, venez déguster un petit déjeuner appétissant et équilibré. Choix entre 4 menus : galette printanière, aliments croquants, saveurs d'Orient ou de Bourgogne.

> *Bien manger, Bien cuisiner*

Vendredi 18 mars de 13h30 à 17h

Le chef Arole Dupaty sublime les produits du quotidien. Il prépare des recettes goûteuses, saines et faciles à reproduire. À déguster sur place.

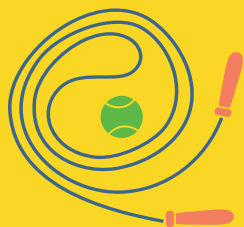
LE PLAISIR DE BOUGER !

- > Ateliers physiques et ludiques pour lutter contre la sédentarité
- > Exercices de renforcement musculaire dans les situations du quotidien

ATELIERS NUTRITIONNELS

- > Jeu de Memory pour savoir comment intégrer les fibres dans l'alimentation de tous les jours
- > Quizz nutri-ball et nutri-score : informations sur les nouvelles recommandations et signalétiques nutritionnelles
- > Espace potager autour des légumes de saison et des aromatiques

**ANIMATIONS
EN CONTINU
DE 8H À 17H**



Dans le cadre du contrat local de santé de Dijon métropole, la ville de Dijon s'engage en faveur de la nutrition et de l'activité physique avec l'Institut Agro Dijon et l'UFR STAPS Dijon-Le Creusot. Elle est membre du réseau des Villes Santé de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) et participe au Programme national nutrition santé (PNNS).

En partenariat avec :

Campus comestible / École des Métiers / Les jardins et vergers de la Chouette

Les décisions préfectorales en fonction du contexte sanitaire seront appliquées.