



Ma cuisine sans polluants !

Atelier santé dans l'Aveyron

Mardi 4 avril 2023 à Laguiole, de 9h30 à 11h30 : Salle de l'office de tourisme (place de la Mairie)

ou

Jeudi 6 avril 2023 à Millau, de 14h à 16h : Centre social « Beauregard » (155 rue du Rec)

Gratuit, inscription obligatoire au 06 67 76 44 98. Nombre de places limité.

La Mutualité Française Occitanie vous invite à un atelier « Ma cuisine sans polluants ! » mardi 4 avril à Laguiole et jeudi 6 avril à Millau.



Animé par un membre du Comité de Sensibilisation pour le Dépistage des Cancers en Aveyron, cet atelier vous sensibilisera sur les différentes sources de pollution dans la cuisine et vous proposera des solutions pratiques.

Au-delà de l'aspect nutritionnel, plusieurs sources de pollution peuvent être identifiées : les additifs alimentaires, les pesticides, les contenants utilisés de la conservation à la cuisson, etc.

Hippocrate a dit «Que ton alimentation soit ton médicament». Aujourd'hui, nous savons que nos pratiques alimentaires ont un impact sur notre santé, qu'il soit positif ou négatif. Quels sont les perturbateurs endocriniens ? D'où viennent-ils ? Quels sont leurs effets sur la santé ? Où les trouve-t-on ? Leur présence dans notre alimentation reste un facteur de risque dans le développement de maladies chroniques...

Action menée en partenariat avec : la Communauté de Communes Aubrac, Carladez et Viadène, Tourisme en Aubrac et l'association des Centres Sociaux de Millau - Grands Causses.

Action réalisée dans le respect des règles sanitaires en vigueur.

A PROPOS DE LA MUTUALITE FRANÇAISE OCCITANIE :

La Mutualité Française Occitanie est un acteur incontournable de la politique de santé sur la région. Elle participe activement au maintien d'une protection sociale solidaire, d'un accès aux soins pour tous et à l'évolution de notre système de santé. Son rôle est aussi d'accompagner les mutuelles, notamment en favorisant le militantisme de proximité et en donnant aux élus mutualistes les moyens d'exercer leur engagement. La Mutualité Française participe au développement et à la promotion de l'économie sociale et solidaire en région.

La Mutualité Française Occitanie rassemble et représente :

- 132 mutuelles, soit 3 200 000 personnes protégées.
- Plus de 500 Services de soins et d'accompagnement mutualistes : cliniques, centres d'optique, centres dentaires, crèches, EHPAD, etc.
- Plus de 750 actions par an de prévention et promotion de la santé, dédiées au grand public et aux adhérents mutualistes.

CONTACT PRESSE : Laurence ROBERT DUBOIS – 06 67 76 44 98 – laurence.robertdubois@mutoccitanie.fr