

Manger sain, d'accord... encore faut-il savoir déchiffrer les étiquettes des produits alimentaires !

Ingrédients, additifs, sel, sucres, produits allégés, graisses cachées...

Apprenez à décoder les étiquettes pour savoir ce que vous avez vraiment dans vos assiettes !

L'Association "AFD – DIABET 63"

Vous invite à assister à un

Atelier gratuit d'information sur la

Lecture des étiquettes alimentaires

Animé par Estelle LECAT – RUDEL

Lundi 23 avril 2012 à 16 h.15

Centre Jean Richepin

21, Rue Jean Richepin

63000 CLERMONT-FERRAND

Tram : « Hôtel de ville »

Face Lycée Sidoine Apollinaire

À l'aide d'une projection Internet sur grand écran, sans fatigue, vous pourrez facilement apprendre à mieux lire les étiquettes pour vraiment contribuer à adopter une alimentation saine.

Vous pourrez aussi poser les questions qui vous préoccupent sur ce problème important qui est l'alimentation des personnes atteintes de diabète.