



## ATELIERS DE CUISINE THÉRAPEUTIQUE

Vous avez quelques rondeurs ? L'atelier de cuisine thérapeutique vous accueille avec bienveillance et convivialité.

Venez cuisiner et glaner quelques astuces à tester au quotidien pour manger équilibré et savoureux.

**LES MERCREDIS 04, 11, 18 MARS, 01 ET 08 AVRIL 2026**

**DE 15H30 À 17H30**

**SALLE DES FÊTES - ROUTE D'ENTRAIGUES 63720 CHAPPES**

**Animé par Sandrine Orio-Rousseau, Diététicienne  
dans le cadre de la mission Prévention de la  
Communauté Professionnelle Territoriale de Santé (CPTS)  
Bords d'Allier**

**INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES :**

**06.12.22.84.32**

[secretariat@cpts-bordsdallier.fr](mailto:secretariat@cpts-bordsdallier.fr)





## ATELIERS DE CUISINE THÉRAPEUTIQUE AUTOUR DE L'HYPERTENSION

Vous êtes hypertendu(e) ?

Venez comprendre l'impact du sel sur l'hypertension et les maladies cardiovasculaires, apprendre à cuisiner en utilisant des alternatives au sel pour maintenir les saveurs, ou encore découvrir des recettes pratiques et savoureuses, adaptées à un régime pauvre en sel.

⌚ LES MERCREDIS 14, 21 ET 28 JANVIER 2026

⌚ DE 15H30 À 17H30

📍 SALLE DES FÊTES - ROUTE D'ENTRAIGUES 63720 CHAPPES

Animé par Sandrine Orio-Rousseau, Diététicienne  
dans le cadre de la mission Prévention de la  
Communauté Professionnelle Territoriale de Santé (CPTS)  
**Bords d'Allier**

**INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES:**

06.12.22.84.32

[secretariat@cpts-bordsdallier.fr](mailto:secretariat@cpts-bordsdallier.fr)

