

Invitation



Une initiative de la Ville de Mouscron

Manger mieux. Bouger plus. Tous en piste pour la semaine Viasano!

une semaine pour manger mieux et bouger plus!
du 16 au 25 septembre 2016

TOUTE LA SEMAINE

RECEVEZ CHAQUE JOUR UNE ASTUCE VIASANO en vous inscrivant par mail à mcps@mouscron.be avant le 14/09. Retirez votre **LIVRET DE RECETTES «manger malin... c'est dans la poche!»** au Centre Administratif Mouscronnois (rue de Courtrai, 63).

A LUIINGNE

- **A LA BOULANGERIE MEERSCHMAN** : Promotion sur les pains spéciaux
- **A LA BOULANGERIE DEBUB** : dégustation de pains complets et aux céréales avec 10% de réduction sur ceux-ci.

A LA PISCINE LES DAUPHINS

« **ACTION DÉCOUVERTE** » : Pour les familles, entrées gratuites à retirer au Centre administratif (non valable pour les abonnés).

DANS LE HALL DE L'HÔTEL DE VILLE ET DU CENTRE ADMINISTRATIF MOUSCRONNOIS

- Informations Viasano

LES RESTAURANTS SCOLAIRES

- **Hanssens Catering** : fruits et légumes à gogo dans les menus
- **Sodexo** fait le plein de légumes !



Tous en piste : manger malin...



CONFERENCE «manger malin...»
COMMENT BIEN MANGER AVEC UN PETIT PORTE-MONNAIE ? mercredi 21 septembre 19h00



à la Salle des Mariages de l'Hôtel de Ville Grand'Place, 1 - 7700 Mouscron

INTERVENANTS :

Mme Magali Jacobs, Psychologue-ditéticienne et professeur à l'Institut Paul Lambin

Chef-cuisinier du restaurant «L'Octave»
Démonstration culinaire Fruits et légumes : comment couper sans gaspiller ?

Plus d'informations ?

Brigitte Aubert, Echevine de la Santé
Sophie Baelen et Nodmie Beaucarne, Diététiciennes - chefs de projet
Karel Lapierre, animateur éducatif pour le projet Viasano
Centre administratif, rue de Courtrai 63 - 7700 Mouscron
Maison de la Santé, rue Victor Colla 13 - 7700 Mouscron

056 860 489 - mcps@mouscron.be
E-Mail : Brigitte.Aubert@mouscron.be, Nodmie.Beaucarne@mouscron.be

ENTREE GRATUITE
Sur inscription avant le 14/09 auprès de la Maison de la Santé au 056/86 04 89 ou à mcps@mouscron.be
www.mouscron.be/fr/maison-de-la-sante

MERCREDI 21/09

CHEZ ORCHESTRA

Parc commercial « Les Dauphins » : dégustation de fruits pour les enfants.

A LA PRAIRIE DE MOUSCRON de 14:30 à 17:00

Cueillette des fruits au verger, réalisation d'une recette sucrée à base de la récolte, dégustation de la préparation.

☎ 056 34 20 44

A LA PRAIRIE DE DOTTIGNIES de 14:00 à 17:00

Animation « Prêts ? Jouez ! Mangez ! ».

☎ 056 48 59 39

WEEKEND DU 24 AU 25/09

AUX 24H EN COURSE LIBRE

Stand Maison de la Santé

JEUDI 22/09

de 9:30 à 11:30

BÉBÉ PAPOTE

Manger malin dès le premier âge !

à la Ligue des Familles - Place de la Gare, 1



Tous en piste : manger malin...



TOUTE LA SEMAINE

A LA BIBLIOTHÈQUE

Coin lecture et bibliographie pour la jeunesse et pour les adultes sur le thème « Manger malin... ».

MARAÎCHERS

- **La Pomme Rouge** :
 - o Action SOS Vitamines : 1 euro le lot de 5 fruits pour les écoles et entreprises uniquement pendant la Semaine Viasano.
☎ 056 33 00 04
 - o Vente de salade de fruits frais du jour et de jus d'orange frais.
- **Au Panier des Collines** :
 - o 1 euro le lot de 5 fruits pour les écoles et entreprises.
☎ 0497 74 11 98

AU CHM

Diffusion d'astuces Viasano sur les écrans et sur la page facebook.

AUX CONSULTATIONS ONE DU TUQUET

Animation sur les collations saines lors des consultations.



MERCREDI 14/09

A LA PRAIRIE DOTTIGNIES de 14:00 à 17:00

Animation sur la production de semences locales, plantations et semis de saison avec les enfants.

☎ 056 48 59 39. Inscription à 14h le jour-même

VENDREDI 16/09

INAUGURATION DE LA SEMAINE VIASANO

à la Maison du Village (7, rue du Plavitout - Luïngne)
dès 15:00

APERITIF SANTÉ à 17:00 concocté par le comité de quartier de la «Maison du Village»

COURSE DE CUISTAX FAMILIALE

PRÉSENTATION DE LIVRES sur le thème « Manger malin » par la bibliothèque

CHÂTEAUX GONFLABLES

CONCOURS DE DESSINS « fruits et graphisme » des écoles Saint-Charles et Communale de Luïngne

