



À VOTRE
SANTÉ!

SCIENCES
EN LUMIÈRE

MANGER PLUS POUR SE NOURRIR MOINS ?



Projection débat

VENDREDI 11 MARS 20H00

1 RUE SOPHIE DE BAR

54770 LAITRE SOUS AMANCE

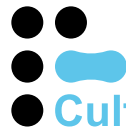
AVEC LE PROFESSEUR

LAURENT MICLO

UNIVERSITÉ DE LORRAINE,

DIRECTEUR DES ÉTUDES

DE DIÉTÉTIQUE À L'IUT NANCY-BRABOIS



SCIENCES À VOTRE SANTÉ!
EN LUMIÈRE

11 MARS
20H00

UN FILM DE
MAËLLE JOULIN
52MIN/2015/FRANCE/
ZED PRODUCTIONS
PARIS

Avec Laurent
Miclo, Professeur
des Universités
à l'Université
de Lorraine et
Directeur d'études
en Diététique
à l'IUT Nancy-
Brabois.

ENTRÉE GRATUITE
dans la limite des
places disponibles

Merci de vous
munir d'un passe
vaccinal

MANGER PLUS POUR SE NOURRIR MOINS ?

SALLE COMMUNALE
1 RUE SOPHIE DE BAR
54770 LAITRE SOUS AMANCE

Même si pour la plupart d'entre nous mangeons à notre faim, nous souffrons tous d'une carence en différents micro-nutriments comme le fer, cuivre, zinc, mais aussi en acides gras et en vitamines. Même ceux qui parmi nous font des efforts pour avoir une alimentation équilibrée, même ceux qui ont fait du fameux 5 fruits et légumes par jour leur credo.

Car au cours de ces cinquante dernières années, les aliments tels que les fruits, légumes, viandes, lait frais, œufs, pain, que nous consommons aujourd'hui, ont perdu jusqu'à 75% de leur valeur nutritive !

Photo ©zenchung-pexels - Ne pas jeter sur la voie publique

