

AU MI[X]

à Mourenx

Du 13/11

au 23/11

2019

*Bien vivre,
Bien manger*



*Venez
aiguiser votre
gourmandise !!!*

- **Expo**
Jusqu'au 20 déc.
- **Ateliers**
- **Film**
- **Café des sciences ...**



le-mix.fr





JUSQU'AU 20 DÉCEMBRE

L'expo-mobile

« BIEN VIVRE, BIEN MANGER »

Une création Lacq Odyssée

PAR LACQ-ODYSSÉE

Pourquoi mangeons-nous ?
Que mangeons-nous ?
Ce que je mange, ça devient quoi ?
D'où proviennent nos aliments ?
Comment manger équilibré ?

Une expo-mobile interactive où jeux, expériences et débats permettent d'explorer notre assiette avec un nouveau regard, sans oublier la notion de plaisir.

Salle d'exposition du MIXI

Visite guidée

MERCREDI 20 NOVEMBRE À 14H

Réservation au 05.59.80.58.80



Café des sciences

PAR PHILIPPE BERTHÉLEMY



Gastro-entérologue à l'hôpital de Pau, abordera les découvertes récentes sur «le microbiote, notre ventre, notre deuxième cerveau» et «les vertus du cuisiner ensemble»

Interprété en langue des signes

MERCREDI 13 NOVEMBRE À 18H30

Vernissage de l'exposition
- apéritif dinatoire - rencontre.
Salle d'exposition du MIXI



Ateliers

Légumes et fruits oubliés,
des saveurs insolites, des bienfaits pour la santé

PAR LES JARDINS DE NIGELLE

Apprenez à cuisiner rutabagas, topinambourg, panais et autres cardons pour faire de ces légumes anciens oubliés des plats actuels et savoureux.

SAMEDI 23 NOVEMBRE À 10H ET À 14H

Médiathèque du MIXI

Réservation au 05.59.80.58.80



En accès libre

Testez avant de manger !

PAR LA CYBER

Comment décrypter les étiquettes des produits alimentaires ?

Grâce à une application gratuite, la tablette donne des « notes » ! Vous découvrirez peut-être que ces céréales pour petit déjeuner sont vraiment trop sucrées ou que cette boîte de conserve ne s'en sort pas si mal niveau nutrition. Et si vous le souhaitez, vous pourrez télécharger l'appli sur votre smartphone pour l'utiliser en magasin !



le-mix.fr

MAIS AUSSI DES LIVRES,
DES FILMS - DES CD...
EN ACCÈS LIBRE ET GRATUIT !

