

Caen, lundi 25 novembre 2024



ÉTU CHEF ? METS DES LÉGUMES DANS TON ASSIETTE !

1^{re} édition du forum nutrition à l'université de Caen Normandie

Le Service de santé étudiante de l'université de Caen Normandie organise le forum « Étu chef ? Mets des légumes dans ton assiette ! », un événement ouvert aux étudiants et étudiantes UNICAEN dédié à promouvoir une alimentation saine, accessible et facile à préparer.

MERCREDI 27 NOVEMBRE • 17H À 19H

UNIVERSITÉ DE CAEN NORMANDIE • CAMPUS 1 • AULA MAGNA

Entrée libre et gratuite, réservée aux étudiantes et étudiants de l'université

Un forum au service de l'équilibre alimentaire

Cet événement a pour ambition de démontrer qu'il est possible de concilier petit budget, cuisine rapide et alimentation équilibrée, même avec des moyens matériels limités.

Pour cette première édition, les légumes sont à l'honneur !

Comment les cuisiner ? Où les trouver ? Qu'est-ce qu'ils apportent à notre alimentation ?

CONTACT PRESSE

UNIVERSITÉ DE CAEN NORMANDIE
Direction de la communication
02 31 56 53 71 • contact-presse@unicaen.fr

Un programme riche et varié

- **Ateliers cuisine** : Des lycéens et lycéennes du Lycée Rabelais animeront des ateliers pratiques avec des recettes simples et économiques.
- **Rencontres avec des acteurs locaux** : Producteurs locaux et épiceries solidaires étudiantes (Bureau alimentaire étudiant, Agoraé) seront présents pour guider les participants vers des ressources alimentaires abordables.
- **Animations originales** : Une exposition photo, des vélos smoothies pour se régaler tout en pédalant, et une déambulation théâtrale viendront rythmer l'événement.
- **Jeu-concours** : De nombreux lots sont à gagner pour les participants.

Ce forum est une occasion unique de découvrir des astuces pratiques et des initiatives locales pour adopter une alimentation saine et durable.

[En savoir plus sur le programme et les entreprises présentes au Forum « étu chef ? »](#)