

La ville propose différentes activités culturelles.

Date(s) pour cet événement

Le 01 octobre 2025 de 14h30 à 16h00

Ajouter au calendrier

- [iCalendar](#)
- [Outlook](#)
- [Google Calendar](#)
- [Yahoo Calendar](#)

Dès 16 ans Cuisine Alimentation et stress

Mercredi 1^{er} octobre à 14h30

MOSAÏQUE
CENTRE CULTUREL



Nous suivre



Inscriptions obligatoires

5, place Léon Blum
62 820 Libercourt
03 21 37 89 86
mosaïque@libercourt.fr



Et si l'assiette pouvait apaiser l'esprit ?

Apprenez à cuisiner des recettes simples et savoureuses à base d'aliments reconnus pour leurs bienfaits contre le stress.

Lors de cet atelier animé par **Co-Mitonne**, vous réaliserez une recette gourmande et équilibrée, conçue pour favoriser le bien-être mental et réduire les tensions du quotidien. Une belle manière d'associer plaisir culinaire et santé mentale !

Nous vous invitons à vous inscrire 1 mois avant l'évènement soit :

- **Par mail à mosaïque@libercourt.fr**
- **Par téléphone au 03 21 37 89 86**
- **Directement au centre culturel**

Informations pratiques

Lieu

Centre culturel "Mosaïque"

5, place Léon Blum

62820 Libercourt

France

Public cible de l'évènement

Adultes