

Caen, mercredi 12 novembre 2025



ÉTU CHEF ? DES PROTÉINES POUR TOUS LES GOÛTS & POUR LA FORME !

2^{de} 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 ? Des protéines pour tous les goûts & pour la forme ! », un événement ouvert aux étudiants et étudiantes UNICAEN dédié à promouvoir une alimentation saine, accessible et facile à préparer.

MERCREDI 19 NOVEMBRE · 17H A 20H

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 seconde édition, les protéines 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 élèves en BTS 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 performance de la compagnie eteile ainsi que des vélos smoothies pour se régaler tout en pédalant 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 partenaires présents au Forum « étu chef ? »](#)