

**SAMEDI 03 OCTOBRE 2009**

L'APDPL et la Framboiseraie de Redu ont le plaisir de vous inviter,  
dans le cadre merveilleux du village du livre et de la framboise à

**Redu, commune de Libin (E411 - sortie 24)**

à une journée détente et information sur le thème

## **"Les fruits, les confitures et le diabète"**

**10h30 : accueil et départ pour une promenade accompagnée le long de  
la Lesse (6km) - départ de La Framboiseraie  
(66, rue de Daverdisse 6890 Redu)**

**12h30 : apéritif à La Framboiseraie (offert par l'APDPL),  
suivi d'un repas diététique et campagnard sur le thème de  
« Chasse et Terroir » au prix de 15 euros**

**Inscription obligatoire au 0497 / 72 19 24 pour le 25/09**

**14h30 : conférence par un diététicien : « Des fruits aux confitures »**

Divers stands « rencontre » et « discussion »

- ❖ avec les membres de l'APDPL,
- ❖ avec une infirmière (possibilité de **mesurer gratuitement sa glycémie**),
- ❖ avec une diététicienne (les fruits : teneur en sucre, quantités journalières,...)

Visite des librairies du village qui présenteront des livres sur le diabète, les légumes,  
les fruits, la cuisine diététique, ....

**Nous vous attendons nombreux et nous vous invitons, pour vous  
imprégner de la magie du lieu, à consulter les sites :**

[www.framboiseraiederedu.eu](http://www.framboiseraiederedu.eu)

[www.redu-villagedulivre.be](http://www.redu-villagedulivre.be)