

Une initiative du :

Collectif « Alimentation saine et de proximité »

Organisés par :

Association JARDINE

**Formulaire d'inscription 2017-2018
Ateliers adultes « Cuisiner Bio et Local »**

Nom :			
Prénom :			
Adresse :			
Code postal :		Ville :	
Téléphone :		Mail :	@

Ateliers thématiques:

- Samedi 16 septembre (10h-12h): Initiation cuisine saine (bio, locale, de saison) – **atelier gratuit**
- Samedi 21 octobre (10h-12h): Cuisine d'automne, les courges
- Samedi 25 novembre (10h-12h): Cuisiner sans gluten
- Samedi 13 janvier (10h-12h): Autour de l'agar-agar
- Samedi 3 février (10h-12h): Cuisiner les légumes oubliés
- Samedi 17 février (10h-12h): Utiliser les crèmes et laits végétaux
- Samedi 17 mars (10h-12h): Céréales et légumineuses
- Samedi 7 avril (10h-12h): Cuisiner le tofu et le tofu soyeux
- Samedi 14 avril (10h-12h): Cuisiner la mer : algues et autres produits marins
- Samedi 26 mai (10h-12h): Cuisine des plantes sauvages au jardin (*au jardin à Bel Air*)
- Samedi 9 juin (10h-12h): Cuisine d'été : marinades et crudités

- 8 personnes maxi par atelier
- Selon le nombre d'inscriptions, ces dates peuvent donner lieu à modifications
- Les ateliers ont lieu à la cuisine de la Maison de la Solidarité (derrière le bâtiment) – 3 rue Martin Luther King – 44240 La Chapelle sur Erdre (sauf l'atelier du 3 juin)
- Se munir de : un tablier de cuisine, quelques boîtes pour emporter les plats cuisinés.

Règlement: je joins la somme de :

Ateliers thématiques: 20 euros/pers. x ateliers €

+Cotisation facultative annuelle: 5 euros par an et par famille €
(remplir le bulletin d'adhésion)

soit un total de :€

(chèques à l'ordre de **Association JARDINE-possibilité de régler en plusieurs chèques**)

Si des photographies sont prises lors de atelier, j'autorise l'utilisation de mon image (flyer, site internet)

oui

non

Bulletin à remplir et à retourner (**après avoir vérifié les disponibilités par mail ou tél.**) avec le règlement à :

Dominique Ménard : Chemin de Bellevue - 44240 La Chapelle sur Erdre

Tél.: 06 75 36 44 88 - Mail : dom.menard@free.fr

Date et signature