

Ateliers de cuisine **bio**

à la Chapelle-sur-Erdre



Familiariser l'enfant à une **cuisine saine** et simple.

Donner confiance et **autonomie** et inciter à être curieux et à développer **le goût**.

Au rythme d'environ 1 séance par mois et sur des thèmes variés en lien avec les **produits bio, locaux et de saison**.

Groupe de 8 enfants maximum. De 7 à 12 ans

Et aussi des **Ateliers Duo** parents-enfants

pour enfants



A la fin de chaque atelier, l'enfant repart avec les recettes de l'atelier et ce qu'il aura cuisiné (prévoir un tablier et des boîtes)

Organisé par :

Association JARDINE

44240 La Chapelle sur Erdre

Mail : jardineasso@gmail.com

Téléphone : 06 30 76 13 83

Une initiative du
Collectif Alimentation saine et de proximité

Programme 2018-2019

Ateliers enfants

le mercredi de 17h30 à 19h

Maison de la Solidarité – 3, rue Martin Luther King

- 19 septembre : Gaspacho-andalou et tarte à la rhubarbe
17 octobre : Potimarron, châtaigne et champignon, les cupcakes d'Halloween
21 novembre : La pomme, en omelette et en salade
12 décembre : Un Buffet de Fête
16 janvier : Autour du miel, bonhomme en pain d'épice
6 février : Les crêpes revisitées
13 mars : Les rouleaux de printemps
3 avril : Cuisiner avec la nature sauvage
15 mai : La cuisine grecque
19 juin : Tiramisus salés et sucrés

Ateliers Duo (1 parent + 1 enfant)

le vendredi de 18h à 19h30

- 14 décembre : Gateaux-déco de Noël
1^{er} mars : Les mini pizzas
24 mai : Quichettes et tartelettes

Tarifs :

atelier enfants : 14 euros / atelier Duo : 22 euros

Pour s'inscrire : envoyer un mail à : dom.menard@free.fr

ou par téléphone : 06 75 36 44 88

Bulletin d'inscription téléchargeable sur : alimentation.saine44.blog.free.fr