

À la découverte de votre assiette



SAMEDI 19 OCTOBRE 2024

**au Gymnase de
Larivière Saint-Savin**

ANIMATIONS GRATUITES



**ATELIERS LUDIQUES + REPAS PARTAGÉ
CONFECTIONNÉ SUR PLACE**

Une journée à vivre en famille pour prendre plaisir à cuisiner de bons plats,
à moindre coût et en pensant "équilibre alimentaire" !

inscriptions-infos : service enfance-jeunesse du Pays Grenadois > 06 20 00 62 01



Ateliers ludiques - de 10h à 12h entrée libre

Conseils et échange
de bonnes pratiques
pour réaliser
et prendre soin
de son jardin
potager

Atelier teneur en sucre
et en huile
sous forme de jeux

Atelier goût
et dégustation.

Pressoir jus de fruits :
pomme et raisin

Atelier confection
de pain

Troc aux graines avec la grainothèque
de l'association La Grange.



Ateliers cuisine de 10h à 11h et de 11h à 12h

Réalisation du repas
du midi : un menu sain,
simple, peu coûteux et
équilibré, confectionné
avec une diététicienne
et un cuisinier
professionnel.

inscription obligatoire
10 places par atelier

Apéritif - de 12h à 13h

Fresque des enfants
sur le thème « dessine
ton légume préféré »

Dégustation
des jus de pomme
et de raisin issus
des presseoirs



Repas - à partir de 13h -
inscription obligatoire - places limitées



inscriptions jusqu'au lundi 7 octobre 2024

infos / inscriptions :

service enfance-jeunesse du Pays Grenadois

06 20 00 62 01 - enfance.jeunesse@cc-paysgrenadois.fr