DEFI ALIMENTATION

CUISINER + SAIN, + LOCAL, + BIO SANS DÉPENSER PLUS!

Clarensac - St Côme - Caveirac

5 ateliers pratiques pour faire ensemble! OUVERT A TOUS - GRATUIT



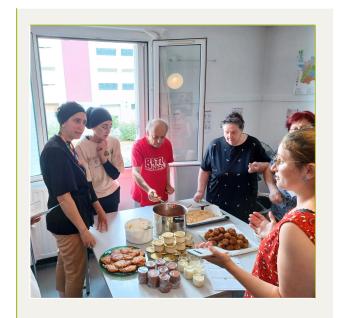
Ateliers cuisine



Visite de ferme



Alimentation saine



Convivialité, partage

PROGRAMME

Mardi 9 Janvier 14h - 16h Mairie de Caveirac

Mardi 23 Janvier 14h - 16h Mairie de Caveirac

Mardi 6 Février 14h - 16h Foyer de St Côme Mardi 13 ou 20 Février A définir

Mardi 27 Février 14h - 16h Foyer de St Côme

Mardi 12 Mars 14h - 16h Foyer de St Côme



Lancement **Elaboration du** programme

Atelier ludique pour décrypter nos emballages

Cuisine gourmande des légumes



Visite d'une ferme en famille

Cuisine des petitsdéjeuners sains et équilibrés

Cuisine antigaspi + BILAN

PARTICIPATION OBLIGATOIRE AUX 5 ATELIERS

Pour vous inscrire:

Mairie de St Côme et Maruéjols : 06.07.51.16.03 CCAS de Caveirac : 04.30.06.52.51 **3** Mairie de Clarensac : 06.62.28.72.54

+ d'infos : guggisberg@civamgard.fr





















