LEZARDS AU JARDIN

ET

COLLECTIF ALIMENTATION SAINE

LA CHAPELLE-SUR-ERDRE

CONTACTS

Solène Bail - 06 87 40 48 53

cuisine.saine.lcse@laposte.net

www.lezards-au-jardin.com

Lézards au Jardin

LEZARDS AU JARDIN

COLLECTIF ALIMENTATION SAINE

SAISON 2022-23

NOUVELLES RECETTES

LES ATELIERS CUISINE

POUR ENFANTS

DÉCOUVREZ ÉGALEMENT NOS ATELIERS ADULTES

BIO, LOCAL, DE SAISON, SAIN ET SIMPLE

ATELIERS CUISINE SAINE ET SIMPLE

PRODUITS BIO, LOCAUX, DE SAISON, ACHAT EN VRAC, DÈS QUE POSSIBLE

LE MERCREDI
DE 17H À 18H30

TARIF INSCRIPTION A L'ANNÉE (10 ATELIERS) **180€**
PAIEMENT POSSIBLE EN 3 FOIS

INSCRIPTION ATELIER AU CHOIX **20€**

+ COTISATION ANNUELLE (À PARTIR DE 2 ATELIERS) **10€**

ATELIERS ENFANTS

- ◇ LES DERNIÈRES SAVEURS DE L'ÉTÉ — 28 SEPTEMBRE
- ◇ VIVE L'AUTOMNE — 12 OCTOBRE
- ◇ ZÉRO GASPI ET PLEIN DE PLAISIR — 23 NOVEMBRE
  DANS LE CADRE DE LA «SEMAINE EUROPEÉNNE DE RÉDUCTION DES DÉCHETS»
- ◇ C'EST LA FÊTE ! — 14 DÉCEMBRE
- ◇ DU RÉCONFORT POUR L'HIVER — 11 JANVIER
- ◇ C'EST PARTI POUR LES BOULETTES ! — 08 FÉVRIER
- ◇ LE RIZ EN VEDETTE — 15 MARS
- ◇ VITE FAIT, BIEN FAIT ! — 12 AVRIL
- ◇ METS DE LA COULEUR DANS TON ASSIETTE — 17 MAI
- ◇ JE VOIS LA VIE EN VERT — 14 JUIN

INSCRIPTION

PAR TÉLÉPHONE OU PAR MAIL (COORDONNÉES AU VERSO)

LIEU

RESTAURANT SOLIDAIRE -JARDIN DE LA SOLIDARITE
3, RUE MARTIN LUTHER KING - LA CHAPELLE SUR ERDRE

- ◇ SE FAMILIARISER AVEC LA **CUISINE SAINE ET SIMPLE**
- ◇ PROGRESSER DANS SES **CAPACITÉS TECHNIQUES**
- ◇ STIMULER SA **CURIOSITÉ** ET SA **CRÉATIVITÉ**
- ◇ DÉCOUVRIR DE **NOUVELLES SAVEURS**
- ◇ GAGNER EN **AUTONOMIE** ET EN **CONFIANCE EN SOI**

CONDITIONS

- GROUPE DE **8 ENFANTS**, À PARTIR DE 7 ANS
- A LA FIN DE L'ATELIER, LES ENFANTS **REPARTENT AVEC LA FICHE RECETTES ET 2 PORTIONS DE SUCRÉ + SALÉ** À PARTAGER EN FAMILLE
- PRÉVOIR UN **TABLIER ET DES BOITES ALIMENTAIRES**