

DÉFI ALIMENTATION

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

Vallée de l'Auzonnet

*5 ateliers pratiques pour faire ensemble !
OUVERT À TOUS, GRATUIT*



Ateliers cuisine



Visite de ferme



Alimentation saine



Convivialité, partage

AU PROGRAMME !

29 septembre
14h - 16h

Saint Florent sur A.

**Lancement
Elaboration du
programme**

20 octobre
14h - 16h

Saint Jean de V.

**Atelier ludique
pour décrypter
nos emballages**

25 octobre
14h - 16h

Saint Just et V.

**Visite de la
ferme du Mas
Brun, en
famille**

24 novembre
14h - 16h

Saint-Florent sur A.

**Cuisiner bon et
végétarien :
pourquoi pas ?**

8 décembre
9h - 15h

Saint Florent sur A.

**Préparer un
repas de Noël
gourmand et
accessible**

5 janvier
13h30h - 17h

Saint-Florent sur A.

**Cuisine saine
des fins de
mois + BILAN**

Nous contacter !



> **Stéphanie** : 06.20.31.48.53 // guggisberg@civamgard.fr

