Petit gourmand deviendra grand

Comment cuisiner pour toute la famille sans se ruiner ?

Ateliers Petit gourmand deviendra grand

Préparer de bons petits plats pour toute la famille,
tout en prenant soin de son porte-monnaie, c'est facile.

À Lannion, Tréguier et Trébeurden,

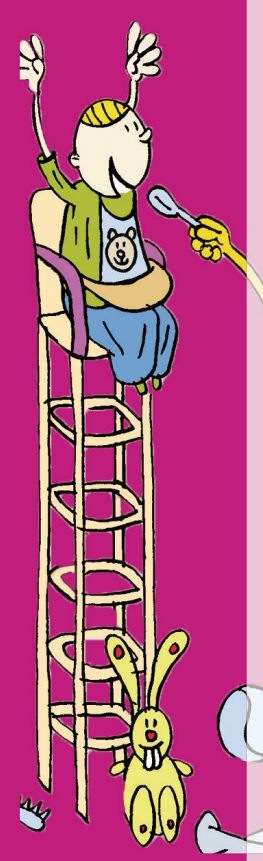
- un·e expert·e en nutrition ou diététique
- une technicienne de l'intervention sociale et familiale de Domicile action Trégor

animent des ateliers cuisine.

Petit gourmand deviendra grand, c'est

- **Huit ateliers** cuisine de 2h30, par petit groupe de 6 à 8 personnes
- Des **astuces pratiques** pour préparer des recettes simples adaptées à votre budget
- Des **échanges conviviaux** avec d'autres personnes du territoire
- Un **petit plat à emporter,** en fin de séance, et à partager en famille

Possibilité de garde d'enfants durant l'atelier.



2€ la séance

NOS RENDEZ-VOUS

A la CONVERGENCE DES LOUTRES
10 Route du Dresnay
22780 Loguivy-Plougras

Ateliers cuisine
Ven 12/11, lun 15/11, ven 19/11
et vend 26/11 de 9h à 11h30

Matchs d'impro cuisine
Lun 22/11 et lun 29/11

Séance convivialité
Vendredi 3/12 horaire à définir

Séance bilan questions-réponses
Lundi 6/12 de 9h à11h30

Et peut-être ... une autre séance,
avec 1 surprise (à confirmer)

Contacts et inscriptions

Tél. 02 96 04 01 04

Lannion-Trégor Communauté Lannuon-Treger Kumuniezh
Ville de Tréguier Kêr Landreger
Ville de Lannion Ker Lannuon
Trebeurden
Centre Saint-Elivet Annie Peigné
Centre Social Lannion L'horizon - An Dremmwel
ars Agence Régionale de Santé
Domicile Action Trégor
Allocations Familiales
Côtes d'Armor le Département