

# Ma cuisine de Noël

Atelier de cuisine pour enfants - de 6 à 12 ans

Organisé par

le Collectif Alimentation Saine et l'association Zéphir-Periscol  
de la Chapelle sur Erdre



**mardi 20 décembre de 17h30 à 19h**

A la Maison de la Solidarité - 3 rue Martin Luther King  
(cuisine de Solidarité Emploi, derrière le bâtiment)

Animé par **Christelle**,

cuisinière au restaurant bio « Le Bistrot de l'Ile » à Nantes

« L'objectif des ateliers pour enfants est :

- Créer un moment convivial et ludique
- Permettre aux enfants par des gestes simples d'acquérir des notions de cuisine et découvrir une alimentation équilibrée faite à partir de produits frais et locaux.

Cuisiner ce n'est pas seulement être dans sa cuisine, c'est ouvrir nos papilles à des choses simples mais diversifiées, retrouver le lien entre manger et se nourrir. »

« Sur le thème de Noël nous cuisinerons des gourmandises sucrées et salées que les enfants pourront reproduire à la maison. »



Prévoir une tenue adaptée (tablier) ainsi qu'un contenant (boite plastique) pour ramener ce qui aura été fabriqué.

**Tarif : 10 euros** (+ cotisation annuelle 4 euros)

Renseignements et inscriptions :

Dominique Ménard

[dom.menard@free.fr](mailto:dom.menard@free.fr) - Tél. : 06 75 36 44 88

Site web : [www.zephir-periscol.org](http://www.zephir-periscol.org) - rubrique Atelier cuisine