



Septembre 2010

Agenda

Consom'info Mail

Ce bulletin sera un excellent moyen de vous fournir des informations intéressantes et utiles sur les activités de la Consom'boutique du CCAS.

Et après la pause estivale...

Suite au départ de Cendrine Femenia, qui a fait un formidable travail en tant que coordinatrice de la Consom'Boutique depuis 2001, la Consom'Boutique **continue ses projets avec les habitants, les bénévoles, les partenaires institutionnels et associatifs.**

La nouvelle équipe, avec Sophie Brault comme coordinatrice, et une nouvelle personne recrutée prochainement au poste d'animation seront ravis de **collaborer, d'échanger tous ensemble aux différentes actions autour de la santé, de l'alimentation et de la consommation.**

Un nouvel atelier mensuel dès octobre

Le 5 octobre aura lieu l'atelier **cuisine « gourmand et « gourmet » pour les tout-petits.**

Le concept de cette nouvelle animation sera d'échanger tranquillement autour de l'alimentation de l'enfant, mais aussi de cuisiner sur place des petites recettes entre parents, grands-parents, nourrices...

**Cuisiner « maison » pour nos enfants, oui, mais, quoi?
Comment on s'y prend?
C'est compliqué!
Je n'ai pas d'idées!**

La 1ère rencontre aura lieu au Café des Parents et des Enfants de 9h45 à 11h15 en commençant par **un grand classique des petits plats pour bébés, la purée.** Vous pouvez être accompagnés de vos enfants.

Inscription auprès de Sophie au **02 31 95 21 60** ou au Café des Parents et des Enfants au **09 54 33 63 40.**

Consom'boutique à la radio TSF 98 (98.00 mHz)

à 7h50-8h50-12h20-18h50

- > Santé et bien-être, chaque lundi
- > Les astuces au quotidien, chaque mercredi
- > La recette, chaque vendredi

Et le Magazine mensuel, le dernier samedi de chaque mois à 9h20, rediffusé le vendredi suivant à 9h10
Plus d'infos : www.tsf98.fr

Vous êtes, tous, les bienvenus à ces différents ateliers

Vendredi 10/09:

Atelier du goût de 9h à 12h à la PMI, Protection Maternelle Infantile, Circonscription d'Action sociale.

Lundi 13/09:

Atelier d'échanges culinaires - 9h30 à 12h, cuisine du centre socioculturel de la CAF.

Recette de saison avec fines brochettes de poulet à l'estragon et aux poireaux

Vendredi 17/09:

Atelier du goût de 9h à 12h à la PMI, Protection Maternelle Infantile, Circonscription d'Action sociale.

Mardi 21/09:

Atelier du goût de 9h à 12h la PMI, Protection Maternelle Infantile, circonscription d'Action sociale.

Mercredi 22/09:

Atelier cuisine « Les Saveurs de l'Automne » pour les enfants (dès 3 ans) accompagnés de leurs parents au Café des Parents et des Enfants, zone artisanale de la Grande Delle.

Exemples de petites recettes qui seront concoctées en famille, verrines de courgettes de chèvre, mousse de poire et autres surprises...

Lundi 27/09:

Atelier d'échanges culinaires - 9h30 à 12h, cuisine du centre socioculturel de la CAF.

Pour vous « donner l'eau à la bouche », en dessert, un petit gratin d'agrumes

Mardi 28/09:

« ça swingue en cuisine »_ 18h à 21h cuisine et repas convivial au Foyer Jeunes Travailleurs Cité 2000, quartier du Val.

Infos Partenaires

Samedi 25/09- 9h30 à 17h30_ La Fonderie et Le Bois de Lebigsey:

1er rendez- vous Sport- Santé et Bien-être organisé par le comité départemental et le comité régional de Sport Pour Tous.

Activités sportives (marche nordique, danse Country, relaxation...), Espace Village Sport, Santé et Bien être.
Pas d'inscription au préalable, ouvert à tous.