



22 Novembre 2024

14:00 – 16:30

14 rue Duhamel

69002 Lyon

// Pour qui ?

Tous les jeunes à partir de 14 ans bénéficiant d'un accompagnement éducatif, intéressés par la thématique.

// Quoi ?

Un atelier de cuisine simple, économique et équilibrée animé par Rémi, chef cuisinier au restaurant Rhizome. Rhizome, c'est le plaisir d'être ensemble autour d'une table, un peu comme à la maison, et de déguster une cuisine simple et parfumée, à partir de produits locaux et bio.

Le contenu de l'atelier

En grande surface, le choix de goûters, est très large... Il y en a pour tous les goûts et pour tous les budgets. Mais finalement que choisir ? Quelle marque est la plus sûre ? Quel biscuit est le plus sain ?

Lors de cet atelier, vous découvrirez les avantages à faire son goûter soi-même : doser avec nos propres goûts, pouvoir varier les plaisirs, faire des économies et éviter le gaspillage... le tout en passant un agréable moment !

Les objectifs du programme

- (Re)prendre le pouvoir de son assiette en décidant ce que l'on fait avec
- Mettre en regard le sentiment de confiance en soi et d'autonomie, deux qualités qu'on acquiert en devenant adulte
- Développer ses sens et ses compétences
- S'offrir un moment pour soi

// Comment participer ?

- Pour inscrire un jeune, rendez-vous ci-dessous ☐☐
- Pour plus d'informations contactez nous à itineraires@le-prado.fr