



**04 Juin 2025**  
**18:00 - 20:30**  
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

Viandes, produits de la mer, fromages ou légumes estivaux ; une fois les aliments choisis pour ses brochettes, c'est l'heure de créer une marinade sur mesure, qui répondra à toutes nos envies. Côté sauces, la liste est longue : à vous de choisir en fonction de vos envies !

Ici Rémi vous apprendra à faire des marinades, mais aussi des sauces maison et des salades pleines de saveurs pour vos soirées d'été.

### 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](mailto:itineraires@le-prado.fr)