

Votre IGA Famille Girard de Bois-des-Filion



“Les petits cuistots, apprendre à bien manger en s’amusant”

© Sylvie Leblanc n.d.

Pour les jeunes de 7 à 13 ans.

(Initiation communautaire à la cuisine)

À chaque rencontre votre enfant

pourra selon sa motivation:

- ✓ préparer des recettes et menus simples
- ✓ apprendre des trucs et astuces
- ✓ repartir avec une belle portion des recettes
- ✓ aller chercher confiance et autonomie
- ✓ ouvrir ses horizons gustatifs et culinaires

Saison automne 2018 (une rencontre mensuelle)

# 1	samedi 6 octobre (de 14h à 15 h30)	«Magie, je connais les aliments qui favorisent ma concentration et c'est bon...!» ☺
# 2	samedi 3 novembre (de 14h à 15 h30)	«Moi, je me prépare des petits déjeuners qui donnent de l'énergie et se préparent d'avance! » ☺
# 3	samedi 1 décembre (de 14h à 15 h30)	« Un gueuleton qu'on mange avec les doigts pour les vacances des Fêtes et faire des petits cadeaux à ceux que j'aime gros! » ☺

N'oubliez pas 5-6 contenants! À BIENTÔT MES CUISTOTS ☺

Inscriptions **d'avance** en ligne www.igafamillegirard.com

Ou au comptoir de courtoisie et fiche santé obligatoire pour chaque enfant,

Vous pouvez télécharger la fiche au www.sylvieleblanc.com (PDF) Merci!

Informations : www.sylvieleblanc.com Ou (450) 965-7352

Consultez notre page Facebook «Les petits cuistots, avec Sylvie Leblanc»