



ATELIERS CULINAIRES

CUISINES DU
MONDE



L'ASSOCIATION A.I.M.E.

PROPOSE DES ATELIERS CUISINE TOUT PUBLIC

DEVELOPPER SES
COMPÉTENCES



nous contacter



www.aime-emploi-formation.org



10 place Soulège
07260 Joyeuse

tel :

04 75 39 96 33

Ateliers à la journée ou demi journée

les objectifs

Des ateliers autour des besoins et attentes du public:

Les ateliers sont préparés à l'avance et des thèmes sont mis en place afin de répondre au mieux aux souhaits et besoins de chacun

S'exprimer et Echanger :

Les ateliers sont l'occasion de s'exprimer sur les difficultés rencontrées (les freins pour cuisiner ou se mettre à table) mais aussi partager ses expériences culinaires

Prendre soin de sa santé par l'acquisition de notions d'équilibre nutritionnel :

Ces ateliers culinaires peuvent permettre de favoriser la santé en abordant les recommandations du Plan National Nutrition Santé (PNNS)

Permettre aux bénéficiaires d'être acteur de leur quotidien en agissant :

Les bénéficiaires vont cuisiner avec des produits de base issus de circuits courts, des produits frais de saison...

Faire l'expérience de son autonomie dans le quotidien.

Développer ses compétences, découvrir astuces et techniques en préparant des repas, éviter le gaspi, c'est acquérir confiance et estime de soi.

La participation, la convivialité et le plaisir :

Proposer un moment chaleureux où chacun se sentira à sa place pour préparer un repas à partager.

