



# ATELIER

## *Écologique*

*Manquer plus responsable  
et sain de façon économe*

### **PUBLIC**

Tout public.

### **NOMBRE DE PARTICIPANTS**

15 max.

### **DUREE**

2h à 3h  
quizz,  
cuisine,  
dégustation,  
échanges.

### **TARIF**

de 200 €  
à 500 €  
sur devis  
(durée, type  
de repas,  
accessibilité,  
matériel etc).

### **CONTACT**

Sandy  
06.28.63.24.55  
sandy@  
recupetgamelles.fr

### **ANIMATION :**

Jeu-Quizz collaboratif autour d'une alimentation saine, responsable et plus économique (vrac, produits locaux, cuisine AntiGaspi..).

Préparation d'un repas, d'un goûter ou d'un apéritif équilibré, en commun et économique. Ex. : pancakes sucrés et salés réalisés avec du pain sec, compotes de fruits crus aux amandes, jus et eaux fraîches, verrines de légumes de saison, tagliatelles de légumes crus au pesto aux fanes de carottes ect. Dégustation et temps d'échange.

### **OBJECTIFS :**

S'interroger sur nos habitudes de consommation, le gaspillage alimentaire et apporter des solutions concrètes pour apprendre à s'alimenter de façon plus saine et durable et reproduire les recettes à la maison. Favoriser le partage, le plaisir et la convivialité tout en créant du lien social.



Association loi 1901, engagée et active dans la lutte contre le gaspillage alimentaire !