



Les ateliers
**POPOTE
& parlotte**

"Cuisinez avec **GOÛT**
et à moindre **COÛT** !"



📞 Renseignements
et inscriptions

Espace Claude Lévi-Strauss
04 67 10 73 50

www.juvignac.fr

📌 Ville de Juvignac

☎ 04 67 10 42 42

Du goût à moindre coût !

La cuisine est une affaire d'équilibre, autant alimentaire que budgétaire. C'est tout l'enjeu des nouveaux ateliers « Popote et parlotte » imaginés et animés par l'Espace Claude Lévi-strauss et la Banque Alimentaire de l'Hérault.

Une fois par mois, ces animations culinaires seront autant d'occasions de mieux penser votre alimentation et de partager un peu de complicité autour de recettes et d'astuces qui vous en mettront plein les papilles. **(Re)découvrez le plaisir de manger sain et à bon marché !**



EN PRATIQUE

Quand ?

Une fois par mois, toujours un mardi, de 9h à 14h

Qui ?

Ateliers animés par la Banque alimentaire de l'Hérault et l'Espace Claude Lévi-Strauss

Avec qui ?

Groupe de 10 participants maximum

Où ?

Au Pavillon Cèdre (Domaine du Perret) en 2019, à l'espace de convivialité Joséphine Baker en 2020

Comment réserver ?

Inscription obligatoire au 04 67 10 73 50

Bon à savoir

Les Juvignacois suivis et soutenus au cours de l'année par le CCAS seront prioritaires. Tous les habitants curieux et gourmands sont naturellement les bienvenus !

La cuisine régale, la cuisine rassemble

Cuisiner en groupe, c'est savoir écouter, se parler, connaître les apports de chaque aliment, apprendre à calculer le prix de revient d'une recette ou à ne rien gaspiller... **Les bons ingrédients ne sont pas forcément ceux qui se mangent !**

«Le poisson allié de notre mémoire ?», «Mission dessert sans sucre», «Au rythme des saisons»... Après chaque atelier thématique, les préparations concoctées seront dégustées autour d'un repas partagé. **Le meilleur moyen de faire rimer potes et popote !**

LE CALENDRIER DES POPOTES

N'en perdez pas une miette !



Les rendez-vous 2019

12 novembre
17 décembre

Les rendez-vous 2020

21 janvier
18 février
17 mars
14 avril
19 mai
16 juin

En partenariat avec



Banque Alimentaire
de l'Hérault