

Le p'tit déj presque parfait



Un atelier conçu pour...

- › Valoriser les savoir-faire des enfants.
- › Sensibiliser à l'importance de consommer un petit-déjeuner tous les matins.
- › Développer l'esprit d'équipe.
- › Faire découvrir différents aliments qui peuvent composer le petit-déjeuner.
- › Aborder les freins et les leviers à la prise d'un petit-déjeuner.

Pour qui ?

12 enfants (6-11 ans).



Atelier
2h30

Il se déroule en 3 phases :

- 1/ Temps d'échanges : Qu'est-ce qu'un petit-déjeuner équilibré ? Quels sont ses bienfaits ?
- 2/ Atelier-cuisine : préparation en équipe d'un petit-déjeuner équilibré, puis dressage sur un plateau.
- 3/ Dégustation conviviale. Délibération du jury. Remise d'un diplôme.

Pour en savoir plus...

Céline Leprince Diététicienne-Nutritionniste
06 81 17 31 81 \ cleprince@sensetsavoirs.com

Nous intervenons sur Lyon et sa périphérie et adaptons le contenu de nos ateliers.

Pour que santé rime avec plaisir