

# Cuisiner avec votre enfant : Un moment à partager



## Un atelier conçu pour...

- » Valoriser les savoir-faire de chacun.
- » Découvrir des recettes de saison, simples et savoureuses.
- » Favoriser la diversification alimentaire.
- » Sensibiliser les enfants à l'importance de goûter de nouveaux aliments.
- » Inciter les parents à impliquer régulièrement leurs enfants dans la préparation des repas.

## Pour qui ?

8 enfants, parents, grands-parents.



Atelier  
1h45

A domicile, les participants préparent ensemble des recettes de saison.  
L'atelier se poursuit par une dégustation conviviale.  
Un temps d'échanges sur l'équilibre alimentaire vient clore ce moment en famille.

## Pour en savoir plus...

**Céline** Leprince Diététicienne-Nutritionniste  
06 81 17 31 81 \ [cleprince@sensetsavoirs.com](mailto:cleprince@sensetsavoirs.com)

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

*Pour que santé rime avec plaisir*