

Les rendez-vous du BIEN MANGER



* Bien manger ?

* Qu'est ce que cela veut dire ?

* Quels sont les bons produits ?

* Comment équilibrer ses repas ?

* Et faire aimer les légumes aux enfants ?

* Envie d'y réfléchir et d'agir en famille ?

*Alors ces rendez-vous du bien manger
aux Courtillières sont là pour vous !*



Les rendez-vous du BIEN MANGER aux Courtilières

Comment ça marche ?

On se retrouve, on passe un bon moment convivial : pendant que les enfants cuisinent, les parents discutent sur différentes questions alimentaires !



Où ça se passe ?

Maison de Quartier des Courtilières.
1 avenue Aimé Césaire -93500 Pantin

À quelle heure ?

De 14h30 à 16h30



28 Avril 2018

Faire sa Pâte à tartiner



12 Mai 2018

Faire ses Barres céréales



16 Juin 2018

Faire des Chips fruits et légumes



30 Juin 2018 - fête du quartier

Mangez des fruits !