



Bien se nourrir, c'est possible

Ainsi, les partenaires de la Grâce de Dieu vous invitent à partager vos goûts. Ces actions sont proposées pour toute la famille, petits et grands.

Au menu de la semaine :

- des dégustations, des réalisations culinaires, des astuces pratiques pour refaire facilement, parce que :

«Le fait maison...c'est bon»

- des rencontres, des échanges avec des professionnels pour varier les plaisirs à moindre coût, et en se régaland.
- des jeux en famille à la Ludothèque...

PENSEZ A VOUS INSCRIRE

Pour toutes informations :

Centre socio-culturel Caf
de la Grâce de Dieu
Avenue Père Charles-de-Foucauld
14000 Caen

02 31 82 34 69



Les partenaires impliqués :

- Bibliothèque (Caen la mer)
- Centre socio-culturel Caf, halte-garderie «1001 bambins» et les Collectifs «Croq'Légumes» et «Sac à Histoires»
- Centre de loisirs et d'animation (ville de Caen)
- Centre permanent d'initiatives pour l'environnement Vallée de l'Orne : Eco Appart'
- Commission d'échanges et de promotion pour l'enfance et la famille (Ccas, ville de Caen)
- Conseil général (Pmi)
- Crèche «Ilot Câlin» (Ccas, ville de Caen)
- La Passerelle
- Ram Caen sud (Relais d'assistantes maternelles)
- Réseau de réussite scolaire (Education nationale)
- Pôle santé
- Pôle de Vie Rive droite et Projet éducatif local (Ville de Caen)
- RDV Ados (Ligue de l'enseignement du Calvados)
- PIAF Grâce de Dieu (Gréta Calvados)
- Foyer Robert Rème
- Mission locale Caen Calvados Centre (Pôle Centre)
- IRFA Normandie Maine.

Projet soutenu par la ville de Caen dans le cadre du Projet éducatif local.

Parce que la santé commence dans l'assiette, un espace autour de la **cuisine** sera installé dans le hall du Centre socio-culturel Caf où le Dr Ponceblanc, en lien avec le Pôle Santé, vous proposera des suggestions de menus, des recettes de soupes, des trucs et astuces...

Mais aussi des ateliers de cuisine...pour régaler votre famille et partager avec d'autres habitants...

«Le fait maison...

c'est bon»

**SEMAINE
DU GOÛT**



**14 au 19
octobre 2013
à la Grâce de Dieu**

(et c'est gratuit !)



«Le fait maison...c'est bon»

Au menu de la semaine du goût

Lundi 14 octobre	Mardi 15 octobre	Mercredi 16 octobre	Jeudi 17 octobre	Vendredi 18 octobre	Samedi 19 octobre
<p>9 h - 10 h Hall du Centre socio-culturel Dégustation de «Petit déjeuner du monde» (Tout public).</p>	<p>10 h - 11 h 30 «Bar à soupe» en direct du marché de la Grâce-de-Dieu (Dégustation tout public). - Soupes réalisées avec le PIAF et «Croq'Légumes» - Jus de pommes préparé par le CPIE.</p> <p>10 h - 12 h IRFA et Mission locale au Centre socio-culturel Concours «ML CHEF» 4 équipes de jeunes 16-25 ans se lancent un défi : réaliser un menu à partir d'un panier de fruits et de légumes à moins de 5 euros !</p>	<p>10 h - 10 h 30 «Tapis lecture MIAM MIAM» au Centre socio-culturel (Pour les moins de 4 ans). Présenté par la bibliothèque et le RAM (20 places sur inscription).</p> <p>11 h 30 - 12 h 30 Dégustation au Centre socio-culturel (Ouvert à tous) Dégustation des plats réalisés le mardi soir par l'atelier cuisine «Les ambassadeurs relais du goût».</p>	<p>9 h 15 - 11 h 30 Sortie cueillette parents-enfants «Les vergers du grand parc» à Coulombs : pour les parents et les enfants de la halte-garderie, de la crèche et la PMI. Avec le concours de «Croq'Légumes» (40 places sur inscription).</p>	<p>9 h 15 - 10 h 15 ou 10 h 30 - 11 h 30 Ateliers parents/enfants au Centre socio-culturel - à la halte-garderie : comptines de gourmandises - au RAM : préparer une «salade de fruits».</p> <p>11 h 30 - 12 h 30 Dégustation au Centre socio-culturel (Ouvert à tous) Dégustation des plats réalisés le jeudi soir par l'atelier cuisine «Les ambassadeurs relais du goût».</p>	
<p>14 h - 16 h Cuisine du Centre socio-culturel Préparation de soupes : avec le PIAF et «Croq'Légumes» pour les proposer en dégustation sur le marché de la Grâce-de-Dieu.</p>	<p>14 h - 14 h 30 IRFA et Mission locale au Centre socio-culturel «ML CHEF» 14 h : dégustation et appréciation du Jury 14 h 30 : résultats du concours par le Jury <i>Venez nombreux !</i></p> <p>16 h 30 - 18 h 30 Distribution «Paniers de légumes» au Centre socio-culturel Pour les familles du quartier (réservation indispensable au Centre socio-culturel).</p>	<p>13 h 30 - 15 h 30 «Bébé Pirouette» (PMI) cuisine du Centre socio-culturel.</p> <p>15 h 30 - 16 h Spectacle du Collectif «Sac à Histoires» au Centre socio-culturel Contes et comptines pour enfants accompagnés de moins de 6 ans (50 places). A cette occasion, ce spectacle est également proposé dans les écoles et les structures Petite enfance du quartier. Suivi d'une dégustation de Jus de Pommes par le CPIE.</p>	<p>14 h - 16 h Cuisine au Centre socio-culturel Dégustation pour les familles ayant participé à la sortie «Cueillette» du matin.</p>	<p>16 h - 16 h 30 Spectacle «Tabliers Comptines» au Centre socio-culturel Présentés par 2 assistantes maternelles du RAM pour les tout-petits (20 places). Suivi du goûter «salade de fruits».</p>	<p>14 h - 16 h Eco'Appart Etre un consommateur averti et responsable : Trucs et astuces (12 places) <i>Inscription au Centre socio-culturel.</i></p>
	<p>18 h - 21 h Pôle Santé - Cuisine du Centre socio-culturel «les ambassadeurs relais du goût» Atelier cuisine animé par Dr Ponceblanc (6 places).</p>	<p>18 h - 19 h FJT R. Rème Dégustation d'une soupe réalisée par les résidents (Ouvert à tous) et jeu sur l'alimentation, animé par le CPIE.</p>	<p>17 h - 18 h 15 Crèche «l'Îlot Câlin» - Café Parents Dégustation de soupes et échange de recettes.</p> <p>18 h - 21 h Pôle Santé - Cuisine du Centre socio-culturel «les ambassadeurs relais du goût» Atelier cuisine animé par Dr Ponceblanc (6 places).</p>	<p>18 h - 21 h Pôle Santé au RDV Ados «Cuisiner une pizza» Soirée pour les parents et leurs ados, animé par Dr Ponceblanc.</p>	