

Les cuistots du Marché

5-12 ans

Gratuit

C'EST QUOI?

Des ateliers ludiques et éducatifs sur la saine alimentation des enfants et de leurs parents. Au menu, dégustations, jeux, découvertes alimentaires et bonne humeur!

L'animation est assurée par le chef Janick Laroche, animateur culinaire au Carrefour Mousseau et diplômé de l'Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec.

QUAND?

Les dimanches de 10 h 30 à 11 h 30

26 octobre

LA FAMILLE CUCURBITACÉE FÊTE L'HALLOWEEN

Savais-tu que la citrouille fait partie de la grande famille des cucurbitacées? Viens choisir quel membre de cette grande famille tu décoreras pour l'Halloween.

2 novembre

RACINES EN FOLIE, RACINES EN BOUILLI

Quels sont ces légumes mystérieux? Est-ce qu'on peut les manger autrement que dans le bouilli de maman?

9 novembre

SOURIEZ, C'EST L'HEURE DES GRILLED-CHEESE

Viens déguster et apprendre à faire des versions différentes de ce sandwich si populaire.

16 novembre

PÉDALE TON SMOOTHIE

Viens t'amuser sur le vélo-smoothie et déguste le fruit de tes efforts.

OÙ?

À la salle multifonctionnelle du Marché public de Longueuil

Aucune inscription requise

Une initiative du Regroupement en saines habitudes de vie de Longueuil

Ce regroupement a pour objectif de promouvoir, par le développement et le soutien de projets en lien avec les saines habitudes de vie, l'adoption et le maintien d'une saine alimentation et d'un mode de vie physiquement actif chez les jeunes longueuillois de 0-21 ans et leur famille.

