

« Vers une alimentation couleur Royans »
Repas couleur d'automne du jeudi 11/10/2018



Date : le jeudi 11/10/2018

Horaires : de 9h30 à 14h (9h30 accueil, 12h repas, 14h fin de l'atelier)

Lieu : Fermes des Roussets - 1860 Route du Tram – 26190 St Jean en Royans

Participants :

- Public prioritaire : ouvert aux personnes âgées de plus de 65 ans ayant une aide à domicile (prestation, aidant familial...), ou vivant en maison de retraite, aux professionnels et bénévoles travaillant au contact de cette population (structures d'accueil, aide à domicile), aux personnes en perte d'autonomie (aidés et aidants).
- 12 participants maximum
- Ouvert à d'autres pour le dessert-café
- Atelier : gratuit
- Repas : gratuit

Inscription obligatoire : Communauté de Communes du ROYANS-VERCORS St Jean en Royans e-mail : a.quemeneur@cc-royans-vercors.org Tél : 04 75 47 79 42

Inscription jusqu'au vendredi 28/09/2018, dernier délai.

I. Déroulé de l'atelier :

1. Arrivée à la ferme à 9h30
2. Accueil des participants et présentation
3. Visite de la ferme (potager, atelier pain)
4. Préparation culinaires – rangement/vaisselle – décoration de table
5. Présentation des produits utilisés pour le repas
6. Repas partagé
7. Évaluation et recueil des besoins/envies pour la prochaine fois

II. Recettes effectuées :

Les participants seront répartis en groupes de travail.

- Plat : Bœuf ou veau, carottes, poireaux, navets, pommes de terre
- Salade-fromage
- Dessert-café : gâteau de courge aux noix

Un temps d'échange pendant et après le repas permettra d'évaluer et de mettre en perspective cet atelier.

Pour les inscriptions supplémentaires : accueil pour le café-dessert.

Pour plus d'information sur l'atelier contacter :

- **Aïcha QUEMENEUR**, Communauté de Communes Royans-Vercors
a.quemeneur@cc-royans-vercors.org
- **Chrystel CHAMPEY**, Centre Social La Paz
chrystel.champey.lapaz@gmail.com