

ATELIER CUISINE

L'ALIMENTATION DU TOUT-PETIT



**LE MERCREDI 19 MARS 2025
DE 9H30 À 12H
A ST VICTOR-LA-RIVIÈRE
(salle des fêtes)**

**Atelier gratuit animé par Nathalie Maury
Diététicienne Nutritionniste**

**Un espace jeu sera mis à disposition pour les enfants sous
la surveillance des parents**

**Inscription par mail avant le 14 mars 2025
(mgautier.ccsancy@gmail.com) ou
téléphone (06.82.25.02.69)**



DÉROULEMENT DE L'ATELIER

Cet atelier est proposé dans le cadre de la semaine de la petite enfance.

Il propose aux parents de jeunes enfants (0-3 ans) de s'informer sur l'alimentation des tout-petits de façon conviviale et pratique autour d'un atelier cuisine.

Cet atelier permettra aux parents de découvrir et de réaliser des recettes afin de préparer des plats faits maison adaptés aux tout-petits avec des ingrédients bruts, locaux et de saison.

Les notions de diversification, de santé (sucre, graisse, aliment ultra-transformé, allergies...) et d'alimentation durable seront discutées.

CETTE ANIMATION EST ASSURÉE PAR NATHALIE MAURY :



Avec plus de 15 ans d'expérience, Nathalie Maury, diététicienne nutritionniste est passionnée par la promotion de la santé par l'alimentation. Elle réalise des formations, des ateliers de sensibilisation autour de la santé, de l'alimentation durable et du bien-être ainsi que des consultations diététiques sur Issoire.



Événement organisé par la Communauté de communes du Massif du Sancy dans le cadre du Projet Alimentaire Territorial et de la Convention Territoriale Globale du Massif du Sancy

