

LA SEMAINE DU GOÛT 2016

DU
10 AU 16
OCTOBRE

Un travail mené par un ensemble de partenaires du champ du social et du médico-social a mis en évidence la **dynamique du territoire au travers des actions et activités de nutrition en santé.**

En conclusion à cette réflexion, et dans un contexte d'une production/consommation plus raisonnée et durable, il a été relevé le besoin de **promouvoir ces initiatives** et de **permettre leur poursuite dans plus de concertation.** Ainsi, la « semaine du goût » offre ici l'opportunité de mieux faire connaître les actions et les acteurs qui les animent :

**Animations
gratuites
à Lannion**

8 Samedi
octobre
**Exposition
goûter**

De 14 h à 17 h - découvrez «l'exposition plaisirs et vitamines» et venez parents et enfants réaliser des mandalas de fruits et découvrir des plantes à goûter.
Sous le chapiteau, quai d'Aiguillon, devant la poste

9 Dimanche
octobre
**Faites de
la soupe !**

Pour cette 7^e édition, retrouvez sous chapiteau la grande rencontre des gourmands et des jardiniers !

9 h 30 - Tregor Bicyclette vous propose une « **balade familiale à vélo** » qui fera halte chez des producteurs locaux volontaires pour nous faire découvrir leur travail/production/...quelques vélos à assistance électrique à disposition (réservation obligatoire : 02 96 48 75 08)

12 h - **Grand pique-nique partagé** à midi avec dégustation d'une soupe commune

14 h - « **Concours de soupes** » : venez défendre les couleurs de votre meilleure potage où vous mettez en valeur des produits locaux et de saison. Ou alors venez voter pour la meilleure soupe qui se verra décerner la sublime « **soupière d'Or** » !

Animations : expositions, **stands, jeux et ateliers créatifs** (animés par Domicile Action Trégor, de la Régie de Quartiers, des bénévoles et jardiniers des « jardins partagés » du centre social l'Horizon, et de la ville de Lannion, de la Maison des Jeunes, les EHPAD, Trégor Bicyclette) et **l'atelier de fabrication de jouets** buissonniers avec Erwan Hemeury et son spectacle « **Dédé Koat** » avec des vrais bouts d'Breton D'dans !
Quai d'Aiguillon, devant la poste, Lannion

10 Lundi
octobre
**Espace
parents**

Dès 8 h 30 - rendez-vous petit-déjeuner pour partir du bon pied à l'école : préparation de barres de céréales maison.
Ouvert aux parents d'enfants scolarisés.
Devant l'école Ar Santé, au local Ti Koad

11 Mardi
octobre
**Ateliers
cuisine**

Dès 10 h atelier partagé pour préparer une recette astucieuse, facile et économique. Les volontaires sont invités à déguster ensemble le plat à midi.
Nombre de places limité / inscriptions au 02 96 48 75 08
Centre Social l'Horizon

14 h - rendez-vous à **avec votre tablier et vos maniques** pour partager un atelier de cuisine économique et diététique animé par Corinne Pellegrin.
Nombre de places limité / inscriptions au 02 96 37 97 87
Centre St Elivet Annie Peigné

12 Mercredi octobre

Echange autour du petit déj' et du goûter

Dès 8 h 30 - rendez-vous petit-déjeuner pour partir du bon pied à l'école :
préparation de barres de céréales maison. Ouvert aux parents d'enfants scolarisés.
Ludothèque, rue d'Artois - Ker Uhel

14 h - 17 h Les professionnelles de la petite enfance (PMI) proposent aux familles
(0-6 ans) et aux assistantes maternelles un après midi d'informations et de jeux.
Goûter offert.

Maison du département de Lannion 13 boulevard Louis Guilloux Lannion
renseignements au 02 96 04 01 04

15 h à 17 h Atelier cuisine, préparons ensemble notre goûter gourmand -
atelier parents-enfants (à partir de 6 ans) animé par Corinne Pellegrin.
Centre Social l'Horizon Nombre de places limité / inscriptions au 02 96 48 75 08

13 Jeudi octobre

« Balade- visite » à la ferme

Après-midi balade animée par le GEM « Le Bon Cap, » : venez découvrir une
exploitation laitière Trégoroise. La journée se terminera dans la convivialité autour
d'un goûter préparé par Domicile Action Trégor et les participants aux ateliers
« Petit Gourmand Deviendra Grand ! »

Horaire et rendez-vous transmis à l'inscription : 02 96 48 75 08

14 Vendredi octobre

Atelier cuisine et conférence

A partir de 11 h - à l'occasion de l'inauguration du nouveau restaurant
l'ESAT d'Emeraude i.d. et l'atelier cuisine animé par Marie Taconné vous présentera
des « recettes choisies »

au 17 rue Louis de Broglie, devant le restaurant d'Emeraude i.d.

14 h - Conférence sur manger sain et pas cher au Centre Social l'Horizon
Corinne Pellegrin partagera son expérience pour une alimentation saine,
savoureuse et responsable

Centre Social l'Horizon - bd d'Armor - Ker Uhel - 02 96 48 75 08

14 h - 16 h - Temps d'échanges sur l'allaitement

dans le cadre de la semaine mondiale de l'allaitement les professionnelles de la
consultation de lactation vous convient à un échange « entre futurs parents
et parents de bébés allaités »

Salle de préparation à la naissance, niveau -1, Centre hospitalier de Lannion
renseignements 02 96 05 73 41

15 Samedi octobre

Atelier du P'tit Café d'Ar Santé

De 14 h 30 à 16 h 30. Cuisinons les cocos paimpolais !

Venez découvrir la bonne ambiance de ce rendez-vous mensuel du quartier d'Ar Santé
Informations et inscriptions : Eliane au 06 76 58 12 59

Local de Ti Koad - rue Lazare Hoche Lannion

