

# 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/consummation 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<sup>e</sup> 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

