

Mai - Juin

Communauté de communes du Pays d'Ancenis - Gratuit
(sans inscriptions)

Contact : Réseau des bibliothèques de Vallons-de-l'Erdre
0240973726

Entrez, demandez, découvrez !



Retrouver dans les 27 bibliothèques
du réseau Biblio'fil des sélections de
documents (livres, CD, DVD, etc)
sur ces thèmes.

06
Juin

SIVOM de Riaillé - Rue du Pâtis Micaud, Joué sur Erdre -
Les Glycines, Espace jeunes - 18h30 - Gratuit (sur inscriptions)

Contact : Service Famille 0788756110 - France Services 0240973523

Pique nique sain en famille



Atelier cuisine ouvert à tous, animé
par une naturopathe

05
Juin

Sofa - ZA des Relandières, Le Cellier
11h - Gratuit et/ou prix libre (sans inscriptions)

Contact : Une Famille Un Toit /SOFA -
prevention44@assurance-maladie.fr

Atelier Gourmand & Paroles Partagées



Ouvert à tous : Conférence-échanges
ouverte à tous avec une diététicienne
suivi d'un repas partagé (prix libre sur
le repas)

17
Juin

SIVOM de Riaillé - 85 rue des fontaines, Pannecé, Salle des
Fontaines - 18h30 - Gratuit - Places limitées (sur inscriptions)

Contact : Service Famille 0788756110- France Services
0240973523

Cuisine antigaspi



Vous souhaitez cuisiner sainement
avec un petit budget ? Atelier pratique
et accessible à tous animé par « aux
goûts du jour »

BOUG'ET CRÔQUE

04 Mars - 17 Juin
Pays d'Ancenis

Programme



04
Mars

SIVOM de Riaillé - 58 rue du Clos Olivier à Teillé, Espace jeunes
18h30-20h - Gratuit - Places limitées (inscriptions jusqu'au 28 Février)
Contact : Service Famille 0788756110 - France Services 0240973523

Le pouvoir des légumineuses



Atelier pratique et accessible à tous pour apprendre à cuisiner des plats riches en protéines végétales, bons pour la santé et faciles à intégrer au quotidien.

18 / 13
Mars / Mai

SIVOM de Riaillé - Rue des Lilas à Riaillé, Salle Petite Enfance de l'Orange Bleue. 10h-11h30 - Gratuit - Places limitées (inscriptions jusqu'au 14 mars pour 2 séances et réservé enfants de 0-3 ans et parents)
Contact : Service Famille 0788756110 - France Services 0240973523

Éveil et découvertes des saveurs



Profitez d'un moment convivial entre parents et enfants, riche en découvertes, animé par une diététicienne. Offrez à votre bébé le meilleur départ pour une vie en pleine santé !

15
Avril

Une Famille Un Toit - Boulevard de Kirkham, Ancenis - Espace Landrain, Salle de la Charbonnière. 11h - Gratuit - 30 places (sur inscriptions)
Contact : prevention44@assurance-maladie.fr - 06.58.02.13.46

Croq et Bouge à Ancenis St Géréon



Randonnée gourmande avec pause pique nique au cœur de la commune d'Ancenis (Parc Ecochère) et invitation à poursuivre les échanges autour d'une session pétanque.

28
Avril

Pause Solid'Erdre - Vallons de l'Erdre, 1 rue de la Garenne, Bonnoeuve. Gratuit - Places limitées (sans inscriptions)
Contact : pausesoliderdre.440@secours-catholique.org 0977336977 - 0681091671

Soirée Ciné : La Forêt Gourmande



Projection du film «La forêt gourmande» qui explore les forêts comestibles ou comment la nature nous nourrit

08
Avril

Une Famille Un Toit - 62 rue de Bel Air Le Cellier, Ancienne salle des associations. 11h - Gratuit - 50 places (sur inscriptions)
Contact : Une famille Un Toit - prevention44@assurance-maladie.fr

Croq et Bouge au Cellier



Randonnée gourmande avec pause pique nique au cœur de la commune du Cellier et invitation à poursuivre les échanges autour d'une session pétanque.

09
Avril

Banque Alimentaire / CPAM / INTERFEL - Vallons de l'Erdre, Salle Paul Guimard. 20h-22h - Gratuit (sur inscriptions)

Qu'est ce qui se joue dans nos assiettes ?



Conférence animée par l'Assurance Maladie, venez découvrir les enjeux passionnants existant autour de l'alimentation (santé, souveraineté alimentaire, etc.) grâce aux experts de la «Banque Alimentaire», d'«Interfel» et du «Pain sur la Planche».

16
Mai

SIVOM de Riaillé - Rue des lilas, salle des lilas 18h30- Gratuit - Places limitées (sur inscriptions)

Contact : Service Famille 0788756110 - France Services 0240973523

Apéro Sain en Famille



Atelier cuisine ouvert à tous, animé par une naturopathe

17
Mai

Pause Solid'Erdre - Vallons de l'Erdre, 1 rue de la Garenne, Bonnoeuve. 14h-19h - Gratuit - Places limitées (inscriptions jusqu'au 14 mai)

Contact : pausesoliderdre.440@secours-catholique.org - 0977336977 - 0681091671

Marchons, cueillons, transformons, dégustons



Balades, atelier cuisine. Goûter partagé, Repas partagé. Venez échanger et découvrir comment cuisiner les ressources de la nature !

09
Avril

SIVOM de Riaillé - 43 chemin du Puits Derouin à Trans sur Erdre, Espace des Mille Mots. 15h30-17h - Gratuit - Places limitées (sur inscriptions)

Contact : Service Famille 0788756110 - France Services 0240973523

Cooking Delicious



Atelier culinaire interactif, conçu pour les adolescents. Au menu : Décrypter les idées reçues sur l'alimentation : Comment nos habitudes influencent nos choix et notre santé ? Comprendre les bases de l'équilibre alimentaire. Passer à l'action : enfilez le tablier et préparez ensemble une collation savoureuse et adaptée à vos besoins !

09
Avril

Maison des jeux Nantes ou ludothèque Trans/Erdre/CPAM/Interfe - Vallons de l'Erdre, Salle Paul Guimard. 17h-20h - Gratuit (sur inscriptions)

Jeux de société



La Maison des jeux Nantes vous invite à une soirée ludique et conviviale pour toute la famille ! Découvrez des jeux de société conçus pour sensibiliser petits et grands à l'importance d'une alimentation saine et équilibrée.

23
Mai

Communauté de communes du Pays d'Ancenis Vallons de l'Erdre, Salle Paul Guimard. 20h30
Tarifs : 4€/5€/8€/10€/12€ (sans inscriptions)

Contact : Mairies déléguées de Vallons de l'Erdre - 0285293300

Les Yeux plus grands que le monde



Création originale qui aborde de manière artistique les enjeux de la santé et de l'alimentation; Par la compagnie Spectabilis

24
Mai

Communauté de communes du Pays d'Ancenis Bibliothèque Vallons-de-l'Erdre Freigné - 10h-12h
Gratuit - 10 Places (sur inscriptions)

Contact : Réseau des bibliothèques de Vallons-de-l'Erdre 0240973726

Saveurs sauvages



Rejoignez-nous pour une expérience originale et inspirante pour un atelier «saveurs sauvages» avec Ombelles à croquer. Plongez au cœur de la nature pour redécouvrir ses trésors culinaires insoupçonnés, tout en interrogeant vos habitudes alimentaires et les ressources de la nature.