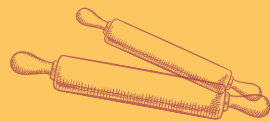




Maison des Familles
Rimouski-Neigette



Découvertes !

Partages !

Économies !

Plus que
de la
cuisine!

Session 1 : 11 jan. au 22 fév. 22
(GRATUIT pour tous)

Session 2 : 8 mars au 1er mai 22
(Partage frais d'épicerie)

"Seul, on va plus vite, ensemble,
on va plus loin!"

Mylène Thibault Chargée de projet en sécurité alimentaire

Maison des Familles de Rimouski



cuisine@maisonfamillesrimouski.com



418.318.1988

418.725.5315

Poste 103

Formule revisitée, vivante, diversifiée et d'actualité !

Inspirée de la tradition, adaptée aux réalités !

Des ateliers culinaires thématiques et diversifiés.

Mettre en commun,
temps, argent et
compétences pour
popoter!

Ambiance chaleureuse
et conviviale !

Une occasion unique
d'approfondir ses
connaissances, de s'investir
dans un projet qui fait sens
et qui répond à un besoin
fondamental, se nourrir !

3 formules de Cuisines

- Cuisines Collectives orientées
(groupe formé sur inscriptions)

- Collectif culinaire libre
(groupe libre, ami(e)s, collègues, famille, etc,
qui définissent l'orientation culinaire désiré)

- Ateliers à la carte
(À venir)

Socialiser, partager, économiser

Régimes particuliers
(sans gluten, végétarien, sans
produits laitiers, végan, etc)

Ateliers thématiques

Cuisine économique, freeze and cook, boîtes à lunch,
astuce déco de **gâteaux** d'anniversaires pour petits,
jardinage, culture, récolte, **transformation**, fermentation,
cueillette sauvage, cuisiner la forêt, le fleuve et **plus
encore!**