

*Le Pays d'Auray, dans le cadre de la mission « Bien manger en Pays d'Auray » souhaite encourager une alimentation locale de produits de saison.*

*Dans ce cadre, le Pays propose en partenariat avec la Marmite :*

## Ateliers Cuisine

Deux temps sont proposés :

Atelier 1, de 10h à 12h30 : Discussion ! « Dans mon assiette, je voudrais du local, de l'équitable, de la diététique, du biologique, des aliments de saisons et de l'équilibre alimentaire, comment je peux faire ? »

Atelier 2, de 14h30 à 17h30 : La Pratique ! Un atelier de cuisine, comment cuisiner simplement des légumes de saison, quels ingrédients pour sublimer les plats.

### Infos pratiques

Dates et lieu :

Rdv le samedi 4 novembre à la salle  
Saint-Martin à Landévant.



Ces ateliers sont gratuits, financés par le Pays d'Auray.

Inscription obligatoire à la Marmite auprès de Sophie  
au 02 97 67 28 06

Il est possible de s'inscrire uniquement sur 1 atelier.

Maximum de personnes : 30 pour l'atelier 1 et 12 pour l'atelier 2.