

Les grandes saveurs du petit déjeuner

avec Karina Mazurowicz-Chatel, naturopathe

Public : parents et grands-parents, assistantes maternelles avec enfants de 1 à 3 ans

Horaires : 9h15-10h30

Fréquence : 1-2x/mois ou ponctuellement

Fonctionnement : les enfants réalisent une recette, nous les aidons et discutons autour du thème

Cout : 100€/atelier, matériel fourni (ingrédients à votre charge)



Thèmes : food art, 5 saveurs 5 sens, la tartine (santélla ou nutella ?), truffes aux épices, cuisiner en arc en ciel...



1 recette + 10 conseils et découvertes + 100 sourires + 1000 miam miam

L'enfant d'âge préscolaire a besoin d'une alimentation variée et équilibrée lui fournissant tous les éléments nécessaires à sa croissance et à son développement. Le tout-petit est curieux et devrait toujours être encouragé à découvrir de nouveaux aliments. Plus il est initié tôt à une grande variété d'aliments nutritifs, plus il y a de chances qu'il les accepte et les apprécie.

Tel.06.16.86.64.07
www.karinat.jimdo.com