



# OFFRE DE SERVICE

Jeunes  
en Santé

Secondaire 5  
et PFAE

## ATELIER: CUISINER, ÇA SE CALCULE !

Description :

- L'entrée au Cégep ou le début d'une formation professionnelle sont, pour plusieurs jeunes, une période de réaffirmation de leur autonomie et de changements importants. Certains iront en appartement loin du nid familial et devront développer leur autonomie culinaire avec bien souvent peu de revenu. Comment se retrouver dans cette jungle alimentaire? De la pression du marketing aux listes d'épicerie en passant par les essentiels dans une cuisine et le budget.

1 h 15

Objectif :

- Discuter de l'autonomie alimentaire sous plusieurs angles. Cet atelier comprend une dégustation santé.

**Pour plus d'informations et pour réserver  
votre atelier:**

[nathalie.bisaillon@jeunesensante.org](mailto:nathalie.bisaillon@jeunesensante.org)

Coût :

- MRC: 50\$ (incluant 10 élèves) + 4,75\$/participant supplémentaire (taxes en sus)
- Hors MRC: 60\$ (incluant 10 élèves) + 5,75\$/participant supplémentaire + Frais de déplacement (taxes en sus)

Nos partenaires

