



Les amis de Champigneulles



Les Ateliers du vendredi

PROGRAMME D'OCTOBRE 2021

QUAND

VENDREDI 1^{ER} OCTOBRE 2021

VENDREDI 15 OCTOBRE 2021

À 14H

OÙ

MOULIN DES GÉNÉRATIONS

Salle de l'association des Amis de
Champigneulles

34, rue de Nancy CHAMPIGNEULLES

PROGRAMME:

**Le 1^{er} octobre : Les produits
alimentaires au service de notre
beauté**

**Le 15 octobre : Le pois chiche dans
tous ses états**

CONTACT :

Mail : lesateliersdesamis@gmail.com

Tel : 06 27 87 17 25

1^{ER} OCTOBRE

Les produits alimentaires au service de notre beauté

Chaque participant réalise et repart
avec

- un déodorant pommade,
- un déodorant solide,
- un gel lavant et
- un baume hydratant pour les mains

Echanges sur les expériences pendant
la pose d'un masque hydratant pour les
mains



Les mots d'ordre :

Bonne humeur

Partage

Anti routine

PARTICIPATION : 7,50€

PREINSCRIPTION AVANT LE

27 septembre 2021



15 OCTOBRE

Le pois chiche dans tous ses états



Réalisation de recettes mettant en
évidence les qualités nutritives du
pois chiche et aidant à sa digestion :

- Pois chiches grillés pour l'apéritif
- Houmous
- Cookies au chocolat

Et un autre dessert surprise ...

Les quantités que chaque participant
remporte chez lui sont calculées pour
2 personnes

PARTICIPATION : 7,00€

PREINSCRIPTION AVANT LE

11 octobre 2021

Le pass sanitaire est obligatoire dans les
salles de la commune de Champigneulles
, alors

Pas de pass, pas de place