



Communauté de communes Sud-Hérault

1, allée du Languedoc

34620 Puisserguier

Renseignements : 04 67 93 89 54

[WWW.CC-SUD-HERAULT.FR](http://WWW.CC-SUD-HERAULT.FR)

[WWW.LEGOUT.COM](http://WWW.LEGOUT.COM)



Maison  
de services  
au public



DU  
07 AU 13  
OCTOBRE

LA  
SEMAINE  
DU  
GOÛT®  
2019

30<sup>e</sup> ÉDITION

**La Semaine du Goût en Sud-Hérault !**

De nombreux rendez-vous pour tous les âges sur l'ensemble du territoire.

Programme des activités

SOUS LE HAUT PATRONAGE :



FONDATION  
POUR L'INNOVATION  
ET LA TRANSMISSION  
DU GOÛT

[WWW.LEGOUT.COM](http://WWW.LEGOUT.COM)

#LeGout2019

## Mangez-moi !

De 3 à 6 ans

Semaine du 7 au 11 octobre

Dans les écoles sur le territoire de la  
Communauté de communes

Action réalisée en partenariat avec le  
Service éducatif.

Accompagnés de Laurine Fresquet,  
diététicienne nutritionniste et de  
Carine Fourment-Hullo, plasticienne du  
Service éducatif, les élèves découvriront les  
fruits et les légumes. Ils seront sensibilisés aux  
qualités nutritives des aliments et participeront à un atelier d'arts plastiques inspiré  
de l'œuvre de Sophie Calle *Le régime chromatique*, 1997.

**Inscription :** Service éducatif 06 43 48 87 47

## À vos marques, prêts, dégustez !

De 6 à 11 ans

Mercredi 9 octobre toute la journée

Puisserguier, centre de loisirs Planète Lirou

Ateliers smoothies et grand jeu « La chasse au Goût ».

La journée sera placée sous le signe du goût.  
Les plus jeunes passeront à l'atelier de  
fabrication de smoothies afin d'en élaborer  
de toutes les couleurs et les plus grands  
chasseront le goût comme un trésor perdu.  
Les valeurs « sucre » et « gras  
» seront abordées par l'équipe  
d'animation accompagnée de Laurine  
Fresquet, diététicienne nutritionniste.  
Participation possible sous réserve  
de l'inscription au centre de loisirs pour  
la journée.

**Inscription :** Centre de Loisirs 04 67 93 89 54.



## Trucs et astuces pour bien manger !

Tout public

Jeudi 10 Octobre 9h30-11h30

Puisserguier, Salle des Associations

Action réalisée en collaboration avec  
l'épicerie sociale de Puisserguier  
et les MSAP.

Accompagnés de Laurine Fresquet,  
diététicienne nutritionniste et de l'équipe des  
Maisons de Service Au Public, les participants  
découvriront quelles sont les possibilités de manger

équilibré à moindre coût (menu du jour à 1,50€) tout en élaborant des menus  
festifs et conviviaux à travers une conférence illustrée. Quelques trucs et astuces  
pour cuisiner restes et pluches seront dévoilés aux plus curieux. Une dégustation  
clôturera la matinée.

**Inscription :** MSAP 04 67 26 37 10

## Parcours à croquer !

De 6 mois à 3 ans

Samedi 12 octobre 9h30-11h30

Quarante, Halle aux sports

À travers un parcours de motricité,  
encadrés par Laurine Fresquet,  
diététicienne nutritionniste et de l'équipe  
Canal Jeu, les tout petits accompagnés  
de leurs parents vont découvrir le goût  
de nombreux aliments. La diversification  
alimentaire chez le tout petit et les qualités  
nutritives seront abordées à travers des jeux.

**Inscription :** Service petite enfance 06 73 43 38 40

