



Les Ateliers « Cuisine MOBILE »

*Un outil d'éducation
nutritionnelle*

Pour qui ?



Adhérents d'une structure partenaire de la Banque Alimentaire de Bordeaux, en précarité et/ou isolement, désireux de partager la préparation d'un repas convivial et d'apprendre à manger de manière équilibrée malgré un budget limité.

Pour quoi ?



- Prévenir des déficiences nutritionnelles en retrouvant le plaisir de cuisiner des produits frais (fruits et légumes)
- Contribuer à la réinsertion sociale des personnes rencontrées.
- Limiter le gaspillage alimentaire

Par qui ?



Hortense G, animatrice qualifiée en nutrition, employée par la Banque Alimentaire de Bordeaux et de la Gironde, apporte son expertise pédagogique.

Comment se déroulent les ateliers ?

Hortense se déplace avec le véhicule aménagé « Cuisine Mobile » dans les structures partenaires sur la Gironde à la rencontre des personnes en précarité et/ou isolées. Elle anime des ateliers pratiques, au cours desquels, les participants préparent un repas, réalisé avec des produits frais de saison de la Banque Alimentaire mais aussi, dans la mesure du possible, produits localement et suivant des recettes à moindre coût. Ce repas est ensuite pris en commun.



LIMITÉ À 6 PARTICIPANTS

Participation : 1 €

Contact



SERVICE ACTION SOCIALE et INSERTION

05 57 32 43 31

sasi@cc-estuaire.fr

ba330.hortense.gorrias@banquealimentaire.org



ATELIER cuisine Mobile



**Un outil d'éducation
nutritionnelle**

DATES DES ATELIERS 2025

Mercredi 5 février

-Etauliers-

E.V.S Les champs du Possible



Lundi 10 février

-Val de Livenne-

Les Epiciers De l'Estuaire



Lundi 17 février

-St Ciers sur Gironde-

Salle des fêtes



Lundi 10 mars

-Val de Livenne-

Les Epiciers De l'Estuaire



Lundi 17 mars

-St Aubin de Blaye-

Salle des associations



Mercredi 26 mars

-Etauliers-

E.V.S Les champs du Possible



inscriptions
possibles
auprès des
structures



contact@leschampsdupossible.ovh

07 84 31 10 57

lesepicierselestuaire@gmail.com

07 67 42 52 79

Les Ateliers « Cuisine MOBILE »

Le déroulé



1. RENCONTRE

Premier contact autour d'un café, pour se rencontrer et se pencher sur la recette du jour

🕒 30 minutes

2. LA PRÉPARATION DE LA RECETTE

Découpes, cuissons, dressage...
Tout ce qui est nécessaire à la préparation du repas.

🕒 1 heure 30 à 2 heures



3. REPAS CONVIVAL

Après l'effort, le réconfort.

🕒 1 heure



4. VAISSELLE ET MÉNAGE

Toujours en musique, on astique
tous les recoins du camion.

🕒 30 minutes



5. TEMPS D'ÉCHANGE ET RETOUR D'EXPÉRIENCE

Un moment de discussion. Nous explorerons
notamment les bases de l'équilibre alimentaire.
Les participants partageront aussi leurs besoins
pour façonner les ateliers futurs.

🕒 30 minutes



6. AU-REVOIR !

Toutes les bonnes choses ont une
fin ! Mais ce n'est qu'un au-revoir...



Banque Alimentaire
de Bordeaux et de la Gironde

Vous souhaitez organiser un atelier "Cuisine Mobile" ?

Vous avez :

- un espace pour accueillir le camion
- une salle pour préparer les recettes (peler, nettoyer, laver...) et manger
- des participants
- un accompagnant sur l'atelier

Vous contactez le S.A.S.I pour :

- connaître les dates disponibles
- convenir d'une date d'atelier
- recevoir votre kit communication

Vous transmettez la fiche "inscriptions"
complétée avant l'atelier



SERVICE ACTION SOCIALE et INSERTION

05 57 32 43 31

sasi@cc-estuaire.fr



PRÉFET
DE LA RÉGION
NOUVELLE-AQUITAINE