



# Atelier Cuisine

Pour les aidants et leurs proches



## RIOM

CLIC 51 Rue Lafayette 63200 RIOM

14h00-16h30

Jeudi 16 Janvier 2025	Un hiver vitaminé : fruits et légumes de saison
Jeudi 13 Février 2025	Les légumineuses : comment les intégrer ?
Jeudi 13 Mars 2025	Préparer ses collations
Jeudi 17 Avril 2025	Cuisiner les protéines
Jeudi 15 Mai 2025	Les plats complets
Jeudi 19 Juin 2025	Repas pique-nique

**PARTICIPATION GRATUITE**

**Inscription obligatoire auprès :**

- Du CLIC au 04 73 33 17 64  
secretariat@clic-riom.fr
- De la PFAR au 04 73 31 76 07  
administratif@plateformedesvolcans.fr