



Ordre du jour

## Table des cuisinières

Vendredi, le 9 novembre 2007

1. Présentation et mot de bienvenue
2. Infos R.C.P.E.
3. Infos Odysée
4. Présentation de produits bios par un représentant spécialisé
5. Échange et présentation de livres, d'émissions de télé, de sites Internet au sujet de l'alimentation
6. Laboratoire : fabriquer des produits ménagers maison
7. Dîner
8. Conférence : *Politique d'alimentation?* présentée par Micheline Séguin et Caroline Plourde

La table des cuisinières est un moment pour échanger des trucs, des astuces, des recettes, etc. votre contribution assure donc la réussite de cette journée.

\* Chaque participante doit dans un premier temps, amener avec elle ses dernières trouvailles en matière de documents écrits ou visuels traitant de l'alimentation (livres de recettes, revues, vidéo, etc.)

\* De plus, chaque participante devra apporter un plat froid, de deux portions, déjà préparé pour le bar à salade qui sera servi le midi. Ex : assiette de fromage, de couscous, salade de riz, crudités, trempettes, salade verte, salade de légumineuses, etc.

**Et**

Deux portions pour une collation ou un dessert santé. Ex : muffins, salade de fruits, pain aux bananes, etc.

\* Nous vous demandons également :

- . une copie de chacune des recettes que vous allez faire
- . un carton pour identifier vos plats à votre nom
- . les ustensiles nécessaires au service.

Nous avons hâte d'échanger et de savourer avec vous !

Sylvie Morissette, Lyne Clément et Solange Deraîche