



Communauté de Communes du Grand Pontarlier  
Pôle accueil Education, Jeunesse et Politique de la Ville  
tél. 03.81.38.81.96 – [accueil.ces@ville-pontarlier.com](mailto:accueil.ces@ville-pontarlier.com)

## Animations – Toussaint 2025

### *Atelier cuisine créative* *7/12 ans*

- Organisateur : Atelier cuisine créative by Sandrine Bez
- Dates : Vendredi 31 octobre de 10h30 à 12h
- Lieu : Salle des fêtes de Dommartin
- A prévoir : 1 tablier et 1 fruit ou légume de saison au choix de l'enfant
- Objectifs pédagogiques : Aider l'enfant à se reconnecter à ses 5 sens, à ses sensations corporelles, à ses émotions ressentis  
Développer la bienveillance envers soi et les autres  
Exprimer ce qui est important pour lui grâce à un moment d'échange individuel
- Présentation :  
1<sup>ère</sup> étape : accueil et météo intérieure  
2<sup>ème</sup> étape : échauffement sensoriel pour aider l'enfant à lâcher prise avec le mental et revenir au calme  
3<sup>ème</sup> étape : consigne culinaire et temps de création de 10 à 15 minutes. L'enfant va pouvoir choisir le contenant de son choix et utiliser les ingrédients mis à disposition pour faire sa création  
4<sup>ème</sup> étape : échange verbal : individuellement chacun va parler de ce qu'il a fait, comment c'était pour lui, comment il a procédé, qu'est ce qui est important dans sa création  
5<sup>ème</sup> étape : dégustation du plat et conclusion en allant voir comment chaque participant se sent à l'issue de l'atelier

**Note à l'attention des parents** : Vous êtes priés de signaler l'absence de votre enfant le plus rapidement possible :  
03.81.38.81.96

Dans l'intérêt de l'enfant et du groupe toute inscription s'entend pour l'**intégralité de l'activité** durant toute la durée du stage

## Accès à la salle des fêtes de Dommartin

