

## ▶ PLAN CANICULE

**L'été arrive...Les fortes chaleurs aussi.**

Vous vous sentez isolé, fragile ou inquiet par rapport à la canicule qui s'annonce cet été ?

Vous avez plus de 65 ans ou vous êtes en situation de handicap. Alors n'hésitez pas à vous inscrire sur le registre nominatif du C.C.A.S. Ainsi, vous pourrez bénéficier de conseils et d'un soutien à domicile durant toute la durée de la veille saisonnière qui s'étend du 1<sup>er</sup> juin au 15 septembre 2023.

Pour vous inscrire, il faut remplir le formulaire qui se trouve :

- Sur le site internet [www.petiteforet.fr](http://www.petiteforet.fr), onglet CCAS - Pôle autonomie
- À l'accueil du CCAS.



## ▶ APPRENDRE À CUISINER EN FAMILLE GRÂCE AU PROGRAMME

### « LA COMPAGNIE DES GOURMANDS »

La Compagnie des gourmands est un programme proposé par L'Association Nationale de Développement des Epicerie Solidaires, ANDES, qui souhaite rassembler parents et enfants bénéficiaires des épicerie sociale à l'occasion d'ateliers cuisine.

L'épicerie sociale Joséphine Baker, est lauréate du programme « La Compagnie des Gourmands » et bénéficie d'une subvention versée par ANDES grâce au soutien de FERRERO. Elle organisera des ateliers permettant de cuisiner en famille et rendre l'enfant actif, manger des plats équilibrés et gourmands et partager des moments conviviaux en famille et entre bénéficiaires.

Ce programme débutera le 5 juillet par un petit déjeuner gourmand. Il sera le premier d'une série de 4 ateliers préparés et dégustés à l'épicerie sociale. Cela permettra d'encourager les enfants à mettre la main à la pâte pour développer leur confiance en soi et leur pouvoir d'agir, tout en renforçant le lien avec les parents.

## ▶ L'ÉPICERIE SOCIALE PASSE AU VRAC SOLIDAIRE

L'épicerie sociale J. BAKER, lauréate du programme « VRAC SOLIDAIRE » s'engage auprès de ses clients bénéficiaires dans la distribution de produits en vrac.

Grâce au soutien financier de la fondation PEPSICO et l'ANDES, l'épicerie va développer la vente de produits alimentaires en vrac. En effet, ce nouveau mode de consommation permettra aux clients bénéficiaires d'acheter uniquement ce dont ils ont besoin en fonction de leur budget. Ils pourront ainsi faire la chasse aux emballages et au gaspillage en venant avec leurs propres pots et bocaux.

Ainsi, dès le 1<sup>er</sup> juin 2023, vous trouverez dans l'enceinte de l'épicerie divers articles alimentaires en vrac comme des raisons secs, des graines de tournesol ou encore du couscous...pour consommer malin et découvrir de nouvelles saveurs.



## ▶ ATELIERS DE JUIN

**Inscriptions obligatoires, places limitées.**

- ▶ 13 juin 2023 dès 13h30 à l'épicerie sociale : CUISINE. Réalisation de lasagnes à la bolognaise et lasagnes thon épinards animé par la Banque Alimentaire du Nord.
- ▶ 13 juin 2023 à 14h00 au CCAS : LOTO<sup>1</sup>.
- ▶ 20 juin à 14h00 au CCAS : LOTO<sup>1</sup>.
- ▶ 27 juin de 14h00 à 16h00 au Foyer Yves Leleu : PÉTANQUE<sup>2</sup>.
- ▶ 04 juillet dès 14h00 à l'épicerie sociale : PARTAGE DE SAVOIRS. Réalisation d'un fourre-tout<sup>3</sup> en matériaux recyclés proposé par Marie-Claire, bénévole.



# JUIN VERT

**HosCARE'TOUR**  
arrive à Petite-Fôret  
à l'occasion de Juin Vert

13h30-17h  
**CCAS Petite-Fôret**  
Place Paul Vaillant Couturier  
Rue Jean-Jaurès devant le CCAS

Le mardi  
**6 juin**

**Juin Vert : mois de prévention contre le cancer du col de l'utérus**  
Un temps pour parler aux femmes de leur santé et divers sujets de santé publique qui touchent la femme. »

Des professionnels  
vous conseillent et vous écoutent !  
**GRATUIT ET SANS RENDEZ-VOUS**

# CONSOMMER MALIN

Interfaces, dans le cadre d'un projet de lutte contre la précarité énergétique financé par le département du Nord, vous invite le

**JEUDI 22 JUIN À 14H**  
pour un atelier collectif  
**"Consommer Malin"**

Un temps ludique sera consacré à la fabrication de produits ménagers

Renseignements et inscriptions auprès du CCAS de Petite Forêt  
☎ 03 27 28 17 64  
📍 28 rue Jean Jaurès, Petite Forêt

