

La semaine
fraîch'
attitude

Du 14 au 23 juin 2013



& les fruits
légumes frais
TU CRÉES
TU CROQUES
TU CRAQUES



PLACE CARNOT



dimanche 16 juin 10h-16h

nombreux ateliers et animations gratuits



PLACE CARNOT CARCASSONNE

La semaine
fraîch'
attitude
Du 14 au 23 juin 2013

**ACTIVITÉS
GRATUITES DÈS 10H**

11h



Concert
de l'Harmonie Municipale
sous la Direction Musicale
de M. Jean-Marc Miquel

dimanche
16 JUIN



Jardinus Félix
par la C^{ie} Zebulon

à partir de
15h15

Venez au Rendez-vous Contes du Jardin avec jardinus Félix, un jardinier loufoque, qui vous emporte dans son monde végétal, drôle et musical.

7 Ateliers libres toute la journée



14h

Danses
sévillanes
par la Peña Flamenca

Un véritable tourbillon de couleurs, de charme et de vitalité !

Spectacle pour toute la famille à partir de 3 ans



Ligue contre le Cancer :

Vente de fruits et légumes au profit de la Ligue le Cancer.

Les jardins de la Reille :

Stand autour du jardin potager : comment semer, comment transplanter ?
Découvrir les graines, les fleurs comestibles, la saisonnalité des légumes et des astuces écologiques pour protéger vos plantes.

Malard Atelier & Animation Caricature « Drôle de trombine » :

Caricature en direct Le Caricaturiste Laurent Malard réalisera gratuitement et en direct des «portrait charge» en 2 minutes avec un simple bout de graphite et une feuille de papier bristol.

Cuisine centrale de la Ville :

Découverte et dégustation des fruits et légumes sous toutes leurs formes :
Jus de fruits et de légumes, smoothies, légumes à croquer.

Aude Création :

Stand maquillage pour les enfants.

L'Atelier du livre :

Atelier de papier marbré. Technique artisanale et créative à partir d'encre de couleur permettant la réalisation d'un objet message « fraîch'attitude » : marque-page, planche de fruits et légumes.

La Mutualité Française Languedoc-Roussillon :

Stand nutrition-santé sur l'équilibre alimentaire : Atelier « Que ce cache-t-il réellement dans les produits que nous consommons tous les jours ? »
Avec les boîtes « mauvaises surprises » venez découvrir ce que contiennent vraiment les produits que nous mangeons en termes de sucres et de gras.