



Adapei
Cantal

SAMSAH

Ateliers vie quotidienne

Alimentation :

« Acheter, Préparer, Manger ! »

- 1. Exercice proposé au groupe :** photo langage : pourquoi je cuisine ou pas ?
Pages 2 - 16
- 2. Exercice proposé au groupe :** la répartition des repas dans la journée
Pages 17 - 18
- 3. Exercice proposé au groupe :** comment ranger son frigo ?
Pages 19 - 21

Association Départementale
des Amis et Parents
d'Enfants Inadaptés.

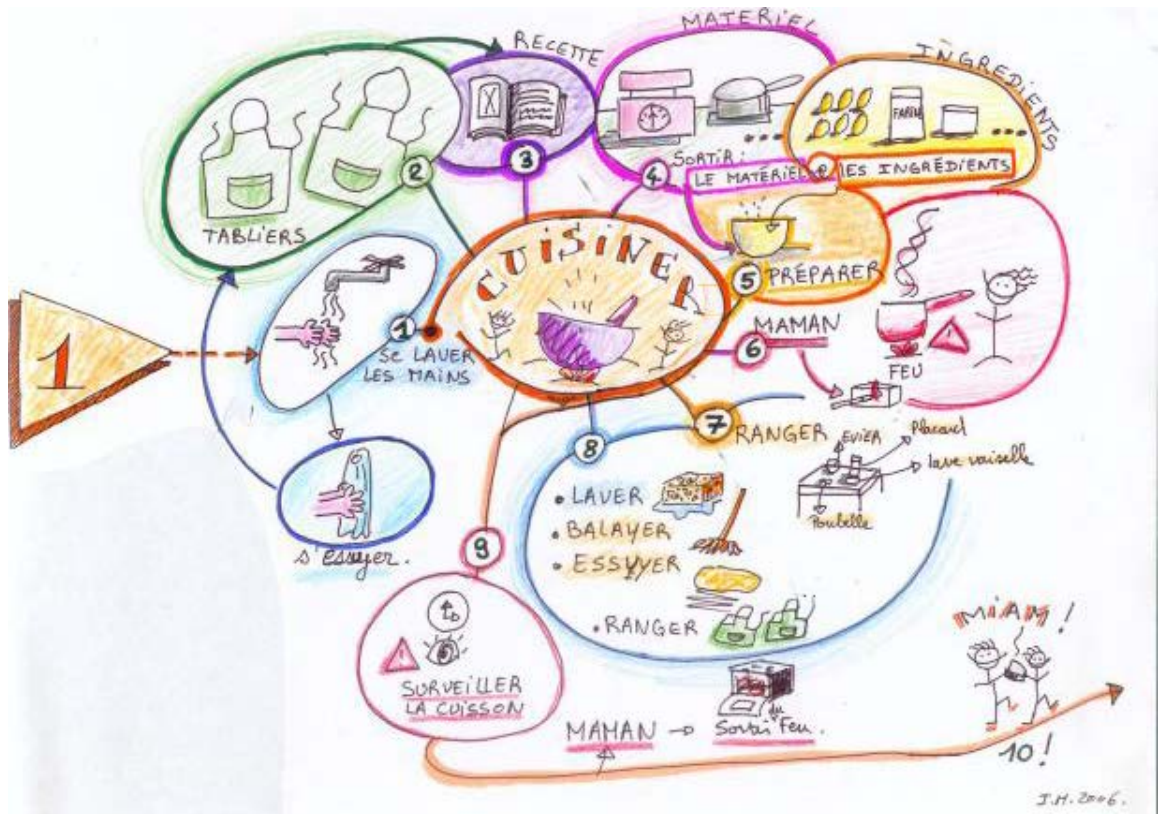
1) Cuisiner, ça prend du temps



2) Les légumes, c'est cher



3) Cuisiner, c'est compliqué



4) Souvent, je n'ai pas le matériel pour cuisiner



5) Souvent il me manque des ingrédients pour cuisiner



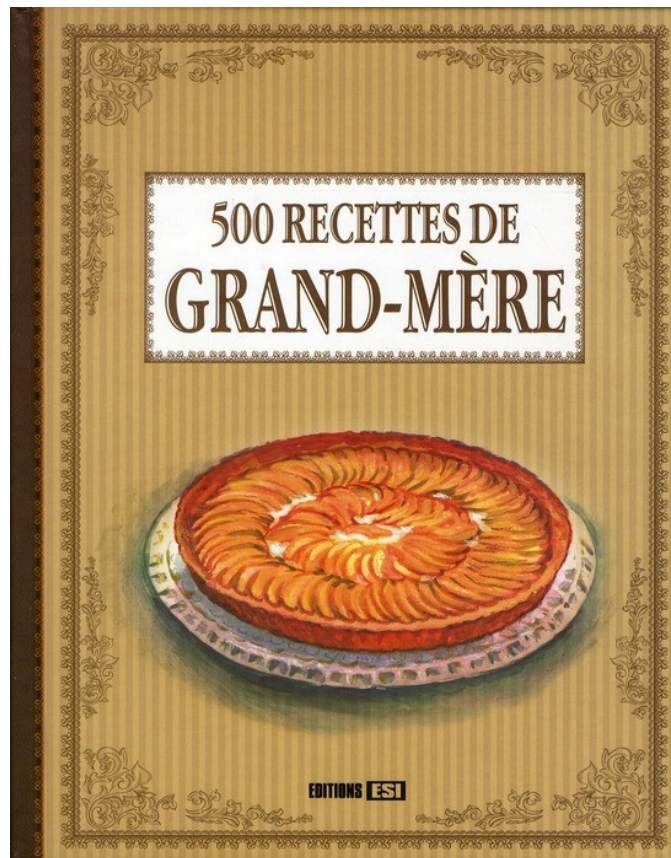
6) Je n'ai rien pour stocker les aliments



7) J'ai peur de dépasser mon budget de la semaine



8) Je n'ai pas de recettes



9) *J'ai du mal à comprendre les recettes*

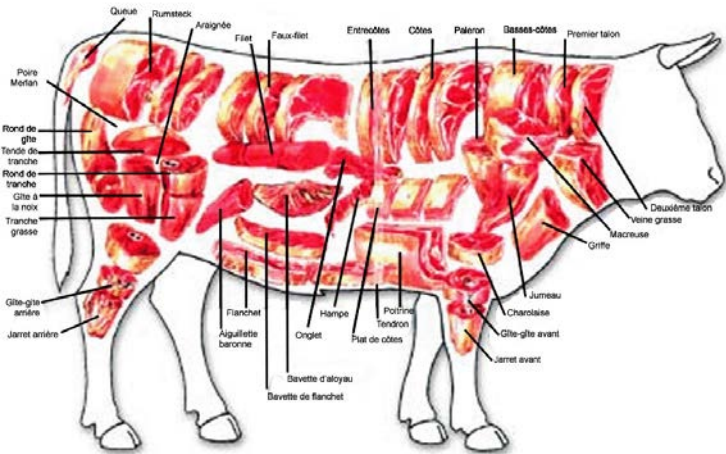
Pas facile cette recette



*10) Les recettes sont pour 6 personnes, alors que je
suis tout seul*



11) Je ne connais pas bien les morceaux de viande et de poissons



12) Les légumes ne se conservent pas longtemps



13) Eplucher les légumes c'est salissant



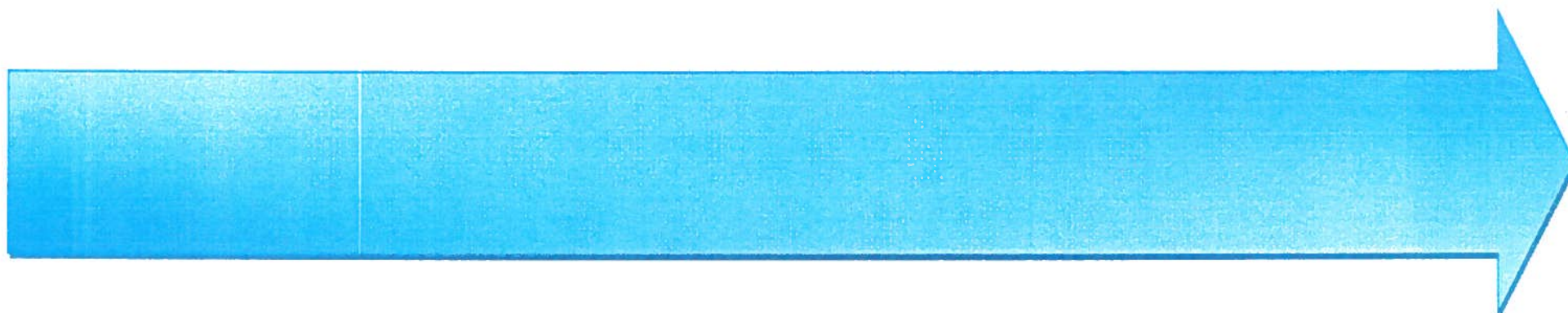
14) Je ne sais pas utiliser la balance du supermarché pour peser les fruits et légumes



15) Porter ses courses, c'est lourd



Mes différents repas répartis dans la journée



Mes différents repas répartis dans la journée

