



Apéros nutri carougeois 2026

Huit rendez-vous gustatifs, chez des commerçants du coin, pour promouvoir des pratiques culinaires saines et respectueuses de l'environnement, dans une ambiance conviviale et chaleureuse.

Le sucre et les bonbons: *renouer avec la douceur, en conscience, et sans culpabilité*

Jeudi 26 mars de 18h30 à 20h00, chez Jellyfish

Sur la route du chocolat: *présentation et dégustation sur le commerce équitable*

Jeudi 7 mai de 18h30 à 20h00, à La Calebasse

Les protéines, au cœur des enjeux: *coup de projecteur sur ces architectes du vivant*

Mercredi 3 juin de 18h30 à 20h00, à l'Épicerie du Marché

De la terre au terrain: *allier nutrition, sport, performance et durabilité*

Mercredi 2 septembre de 18h30 à 20h00, chez NCS (New Concept Sports)

Sur le chemin de l'école: *en-cas savoureux et sains pour le goûter*

Mercredi 16 septembre de 18h30 à 20h00, chez Hello Sista

Les bactéries qui nous veulent du bien: la lactofermentation des légumes

Mercredi 14 octobre de 19h15 à 20h30, Auréas, rue de Veyrier 48

Le gras, c'est la vie: *dégrossir quelques idées reçues*

Mercredi 4 novembre de 18h30 à 20h00, à l'Épicerie du Marché

De petites attentions, faites maison: *des cadeaux savoureux, à réaliser soi-même*

Mercredi 2 décembre de 18h30 à 20h00, au café Le Félin (cité Léopard)