

Mission

La **CIVAPHL** est un organisme qui œuvre auprès des jeunes de 16 à 35 ans ayant une limitation fonctionnelle (déficience motrice, sensorielle, intellectuelle ou double diagnostic). Nous assurons l'accès aux services nécessaires au développement de leurs capacités et leurs habiletés sociales en complémentarité avec les services existants.



Corporation Intégration à la Vie Active
des Personnes Handicapées de Laval

387 boul. des Prairies suite 210 B,
Laval, H7N 2W4



Tél. 450 668-1429
Télec. 450 668-7360

www.civaphl.org

info@civaphl.org

Atelier de

Cuisine

Collective



L'objectif

Le but de l'activité est d'aider les jeunes à développer des **habiletés culinaires** et en **hygiène alimentaire** pour leur permettre de s'alimenter **sainement** avec des recettes **simples** et **rapides** à **coûts moindres**.

À qui s'adresse l'activité?

Les activités de cuisine sont offertes à des jeunes adultes âgés entre **16 et 35 ans** vivant avec une **limitation physique et/ou intellectuelle** ou **TSA**.

Le déroulement

Les activités ont lieu dans la cuisine située au **387 boul. des Prairies à Laval**.

L'horaire est à de 9h à 12h les mardis et jeudi et de 9h30 h à 12h les samedis.

Les recettes sont choisies en fonction des spéciaux de la semaine, des goûts des participants et des allergies.

Les participants cuisinent ensemble et s'entraident tout au long de la préparation du repas. Ils mangent tous ensemble le repas préparé. Finalement, ils aident au rangement et au nettoyage de la cuisine. Puis, ils peuvent repartir avec les surplus.

GRATUIT

Qu'est-ce qu'on gagne à y participer?

- Briser l'isolement
- Développer un réseau social
- Passer un bon moment en groupe
- Développer l'entraide et apprendre des autres.
- Développer son autonomie, prendre de l'initiative
- Apprendre à cuisiner des mets sains et les tâches connexes.