



Week-end Algues et cuisine à Ouessant

Samedi 9 & Dimanche 10 Mai 2020



Organisé par **CAP vers la Nature**



Caroline DENIAUD (Animatrice de Cap vers la Nature) &
Marina VASSEUR (Animatrice d'atelier de cuisine)
vous proposent le programme suivant

Samedi

- Découverte et cueillette des algues
- Déjeuner sur la grève
- Préparation en commun du repas du soir
- Atelier « Comment conserver les algues »

Dimanche

- Atelier participatif de cuisine des algues suivi
- D'un festin d'algues à midi
- Appropriation des connaissances



Tarif : 180 €

Une réservation = 1 fiche d'inscription renseignée
+ 1 adhésion à Cap vers la Nature (15 €)
+ 1 chèque d'arrhes envoyé (65 €)

Limite d'inscription : le 30 Mars 2020

Vous avez des questions, n'hésitez pas à nous contacter !
Tél : 07.50.95.09.74 ou e-mail : capverslanature@gmail.com



Fiche d'inscription à renvoyer avant le 30 Mars 2020

Inscription pour le Week-end Algues et Cuisine de Cap vers la Nature à Ouessant les Samedi 9 & Dimanche 10 Mai 2020



Complétez et renvoyer la fiche d'inscription : _____

Pour cela, vous devez :

- 1- **Adhérer à l'association (15€)** en ligne via Helloasso ou en remplissant le bulletin d'adhésion papier joint.
- 2- Complétez la fiche d'inscription suivante :
Nom et Prénom :
Adresse e-mail :
Téléphone portable :
Covoiturage, je pars de :
- 3- Merci de joindre lors de votre inscription, **un chèque d'arrhes de 65 €** à l'ordre de Cap vers la Nature (Arrhes non remboursables).
- 4- Renvoyer votre fiche d'inscription par e-mail ou par courrier postale à :
Cap vers la Nature – 1 rue des senneurs 29900 CONCARNEAU

Tarif : _____

- **180 € tout compris** : Bateau / Hébergement / Navettes sur l'île/ Sortie sur le terrain / Animations / Repas / Livret de recettes.
 - **Paiement à l'inscription** : 15 € d'adhésion + 65 € arrhes
 - **Paiement le jour du stage** : 100 €
- **Reste à la charge des participants** : le pique-nique pour le samedi midi et chacun se chargera de la boisson pour les repas selon ses besoins.
- **Cap vers la Nature se charge** : de réserver les billets de bateaux pour bénéficier du tarif groupe (27€90 au lieu de 34€90). Si vous ne souhaitez pas bénéficier de ce tarif parce que vous partez plus tôt ou revenez plus tard, signalez-le lors de votre inscription. Nous vous précisons l'horaire de départ du bateau au Conquet dès votre inscription.

Infos pratiques : _____

Tout est possible sur les îles ! Équipez-vous pour le vent, le froid, la pluie ou le soleil ardent...

Les indispensables : Bottes ou chaussures de mer qui ne glissent pas pour aller sur les rochers et dans l'eau. Un panier (à éviter : les cabas plastiques) et des ciseaux pour la récolte. Votre pique-nique dans un petit sac à dos c'est pratique. Si vous souhaitez, vous pouvez prendre un appareil photo. Votre carnet et crayon. Apportez une boîte hermétique et/ou sachet congélation.

Vous avez des questions, n'hésitez pas à nous contacter !

Tél : 07.50.95.09.74 ou e-mail : capverslanature@gmail.com