

# Programme 2012-2013

Les mercredis de 10 h à 12 h à Saint-Briec  
Cuisine aux algues : de 16 h à 18 h à Trégueux



LA **gambille**



- 26 septembre 2012  Dentifrice et shampoing
- 10 octobre 2012  Lessives naturelles, assouplissant et détachant
- 10 octobre 2012  Cuisine aux algues : flamküche et rillettes
- 24 octobre 2012  Crème de jour, crème de nuit
- 31 octobre 2012  Crème à récurer, dégraissant et détergent
- 31 octobre 2012  Cuisine aux algues : feuilletés aux algues et tartare
- 21 novembre 2012  Gel douche et déodorant
- 21 novembre 2012  Cuisine aux algues : pain express et beurre aux algues
- 5 décembre 2012  Nettoyant pour le sol, produit vitres et désinfectant
- 12 décembre 2012  Cosmétiques : spécial cadeaux de Noël (savons durables ou éphémères)
- 12 décembre 2012  Cuisine aux algues : spécial cadeaux de Noël (caviar d'algues et fromage de la mer)
- 16 janvier 2013  Crème pour les mains et soin de la peau
- 30 janvier 2013  Masque et lotion visage
- 13 février 2013  Produit vaisselle, lave-vaisselle et désodorisant
- 27 février 2013  Teintures naturelles et spray coiffant
- 27 février 2013  Cuisine aux algues : gougères et pesto aux algues
- 6 mars 2013  Baume et gommage
- 20 mars 2013  Cuisine aux algues : quiche de la mer et sauce aux algues
- 20 mars 2013  Lait corporel  
Sortie algues

## Inscription

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

.....

Adresse mail : .....

Numéro de téléphone : .....

Nombre d'ateliers choisis : .....

Coût : .....

Montant versé : .....

Etes-vous intéressé-e par une sortie algues (10 €) : oui - non

Souhaitez-vous être tenu-e informé-e des conférences, émissions, ateliers... : oui - non

Autorisez-vous la publication de votre photo prise dans le cadre de l'atelier (presse, site...) : oui - non

1 atelier 25 € • 2 ateliers 40 € • à partir de 10 ateliers : 15 € l'atelier

Bulletin à renvoyer avec le règlement à C.Maerten, 5 place de Bretagne, 22500 Paimpol.

En cas d'absence, prévenir au moins une semaine à l'avance. Dans le cas contraire, les ingrédients, pots et recettes seront conservés un mois à disposition de l'absent-e.

Régine **QUÉVA**  
Ateliers

### COSMÉTIQUES

Dentifrice et shampoing  
Crème de jour, crème de nuit  
Gel douche et déodorant  
Teinture naturelle et spray coiffant  
Lait corporel  
Crème pour les mains  
et soin de la peau  
Masque et lotions  
pour le visage  
Savons durables  
et éphémères  
Baumes et gommages

### PRODUITS MÉNAGERS

Lessives naturelles et  
assouplissants  
Crèmes à récurer et  
détergent  
Nettoyant sol et vitres,  
désinfectant  
Produit vaisselle, lave-  
vaisselle et désodorisant

**Cuisine aux algues**  
Rillettes de sardines aux algues  
Tartare d'algues maison  
Caviar d'algues et fromage de la mer  
Confiture d'algues  
Gelée sucrée aux algues  
Petits rouleaux de printemps  
Crème dessert aux algues

[www.reginequeva.fr](http://www.reginequeva.fr)

Formée  
par  
Régine  
Quéva,  
auteur  
de

