



« Découverte des graines germées avec les seniors de la Maison des aînés »  
Le mardi 23 novembre 2010 après-midi



**26 seniors (mixité)** étaient présents pour assister à cette animation. Cette réunion était animée par Nicole, infirmière et Bernadette.

Les seniors qui se rassemblent tous les mardis de l'année pour un atelier ont souhaité que soit organisée une animation sur les graines germées. Leur responsable, Martine Dehaes, a donc fait appel à Viasano pour une animation particulière.

D'où cette découverte de la multitude de graines que l'on peut faire germer chez soi à moindres frais à **déguster sur un petit morceau de pain au fromage, dans un dessert lacté, avec un fromage blanc, dans une salade de légumes, dans un bol de soupe, etc.**

Les seniors furent particulièrement nombreux à cette animation tant le sujet leur plaisait et attirait leur curiosité. Ils sont tous retournés avec un petit pot de graines germées à leur choix et étaient ravis.

Cette animation de toute une après-midi fut un grand moment de convivialité, de partage et de discussion de manière générale autour de l'alimentation.

Présentation des différentes graines germées dont il existe une variété invraisemblable à notre disposition...





**Vient ensuite le moment de les déguster. Viasano offre le petit pain, le yaourt ou fromage frais ou la soupe de Nicole pour donner des idées de consommer ces graines germées de multiples façons ou encore, de manière décorative dans une verrine, ...**



**Bien des ouvrages à la découverte de ce thème sont disponibles à la bibliothèque. Une liste de ces livres leur est proposée.**

Cette action est une nouvelle fois un moment de plaisir et de convivialité autour d'un thème qui plaît et qui attire beaucoup de curiosité...

Il est rare de réunir autant de personnes âgées autour de la table comme ce fut le cas cette fois avec l'animation autour des graines germées...

