



Centre de ressources communautaires
RIDEAU-ROCKCLIFFE
Community Resource Centre

Overbrook • Forbes • Carson Grove • Manor Park
Lindenlea • Rockcliffe • New Edinburgh

**COOKING
WORKSHOPS**

**ATELIERS DE
CUISINE**

JOIN IN-PERSON!

LEARN HOW TO
PREPARE DELICIOUS
AND NUTRITIOUS
MEALS

**JOIGNEZ-NOUS EN
PERSONNE !**

APPRENEZ À
PRÉPARER DES
REPAS SAVOUREUX
ET NUTRITIFS

To register - Pour s'inscrire

PHONE - TÉLÉPHONE:

613-745-0073

EMAIL - COURRIEL:

VANESSA.ARKAIFIE@CRCRR.ORG

ONLINE - EN LIGNE:

[HTTPS://FORMS.OFFICE.COM/R/AWJTDMDVWC](https://forms.office.com/R/AWJTDMDVWC)





Centre de ressources communautaires
RIDEAU-ROCKCLIFFE
Community Resource Centre

Overbrook • Forbes • Carson Grove • Manor Park

COOKING WORKSHOPS

JOIN US IN-PERSON - DECEMBER 2022

Free ingredient kits!

**Learn how to
prepare
delicious and
nutritious
meals!**



**Carson
Community House
710 Carson's Road
Unit 102**

To register

By Phone :

613-745-0073

By Email :

vanessa.arkaifie@crcrr.org

Online :

<https://forms.office.com/r/awjTdMDVwC>



Please note:

- Registration is limited to 6 people
- Participation is limited to people living in Rideau-Rockcliffe Ward 13 (postal codes K1K and some K1G & K1M).



Centre de ressources communautaires
RIDEAU-ROCKCLIFFE
Community Resource Centre

Overbrook • Forbes • Carson Grove • Manor Park

ATELIERS DE CUISINE

JOIGNEZ-NOUS EN PERSONNE ! DÉCEMBRE 2022

Trousses d'ingrédients gratuites

**Apprenez à
préparer des
repas
savoureux et
nutritifs !**



**Maison
communautaire
Carson
710 ch. Carson's
Unité 102**

Pour s'inscrire

Par téléphone :

613-745-0073

Par courriel :

vanessa.arkaifie@crcrr.org

En ligne:

<https://forms.office.com/r/awjTdMDVwC>



Veillez noter:

- L'inscription est limitée à 6 personnes
- La participation est limitée aux personnes vivant dans le quartier 13 de Rideau-Rockcliffe (codes postaux K1K, certains K1G & K1M).