

Rejoignez une équipe et relevez le défi !

Manger bio et local sans dépenser plus c'est possible !



GRATUIT

Familles
à alimentation
positive



Visites de fermes,
ateliers diététique
& cuisine,
partages d'expériences...

.....
D'octobre 2019
à mai 2020
.....

PLAN CLIMAT
TOULOUSE MÉTROPOLE
En actions!

toulouse
métropole

en grand !



POUR QUI ?

Toutes les personnes intéressées (seules, en couple, foyers avec enfants, colocations...) en équipes, qui relèvent ensemble le défi.

POUR RÉUSSIR VOTRE DÉFI

Des animations conviviales et gratuites sont proposées durant le défi :

- événement de lancement : rencontre des équipes (octobre 2019) ;
- visites de fermes ou de points de vente bio ;
- atelier avec une diététicienne-nutritionniste pour apprendre à équilibrer ses repas avec des produits de qualité à budget constant ;
- atelier culinaire pour préparer des recettes créatives et rapides à partir de produits de saison ;
- soirée de clôture festive avec remise des prix (mai 2020).

LE DÉFI

L'équipe qui aura le plus augmenté la part bio et locale de son alimentation remporte le défi. Peu importe le point de départ, le jeu est de progresser ensemble !

INFORMATIONS ET INSCRIPTION AVANT LE 13 OCTOBRE 2019

Auprès de l'Association ERABLES 31
marie.sibertin-blanc@bio-occitanie.org
Tél. : 06 45 35 11 23

Ou

Votre structure-relais de proximité

PLUS D'INFOS SUR famillesalimentationpositive.fr ou toulouse-metropole.fr

EN PARTENARIAT AVEC

