

VOUS VOULEZ
PARTICIPER ?

Quand ?

Octobre 2018 à Mars 2019

Qui ?

Toutes les personnes intéressées
(personnes seules, couples, foyers avec enfants, etc.
résidents ou non de l'Agglo Seine-Eure)

*Informations et inscriptions
avant le 28 septembre 2018*

Association Bio Normandie
Marie THOMASSIN
mthomassin@bio-normandie.org
02 32 09 01 71

Gratuit !

www.famillesaalimentationpositive.fr

Organisé par :



Défi 2018-2019
Familles
à alimentation
positive



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

UNE ÉQUIPE
SE CONSTITUE
PRÈS DE CHEZ VOUS,

Rejoignez-la !

Organisé par :



PARTICIPATION GRATUITE



DURANT LE DÉFI,
DES TEMPS FORTS VOUS
SONT PROPOSÉS !

Évènement de
lancement pour
découvrir le défi et
rencontrer les équipes

Visites
de fermes et de
points de vente bio

Atelier avec une
diététicienne
pour apprendre à équilibrer
ses repas bio à budget
constant

Initiation au
jardinage bio

Concours de
recettes et
dégustation
partagée

Animations
enfants

Atelier culinaire
pour préparer des
recettes créatives
et rapides, à
partir de produits
de saison

Évènement
de clôture

TÉMOIGNAGE :

« Vous avez vraiment proposé un programme complet ! Je ne suis pas passé au bio à 100%, mais j'en consomme plus et j'ai changé mes habitudes : je cuisine plus et j'achète local. »

TOUT AU LONG DU DÉFI,
ÉVALUEZ L'ÉVOLUTION DE VOTRE
CONSOMMATION DE PRODUITS BIO ET
LOCAUX ET DE VOTRE BUDGET ALIMENTAIRE !