

FAMILLES À ALIMENTATION POSITIVE
REJOIGNEZ UNE ÉQUIPE ET RELEVEZ LE DÉFI !

GRATUIT

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



Visite de ferme,
diététique & nutrition,
cuisine, maîtrise du budget,
partage d'expérience...

DE FÉVRIER
À JUILLET 2019

COP
21
JE M'ENGAGE!
POUR LE CLIMAT



métropole
ROUENNORMANDIE

POUR QUI ?

Toutes les personnes intéressées (seules, en couple, foyers avec enfants...) résidentes de la Métropole Rouen Normandie.

DURANT LE DÉFI, DES TEMPS FORTS VOUS SERONT PROPOSÉS

- Événement de lancement pour découvrir le défi et rencontrer les équipes
- Visites de fermes et 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

TOUT AU LONG DU DÉFI

Évaluez l'évolution de votre consommation de produits bio et locaux et celle de votre budget alimentaire !

INSCRIVEZ-VOUS, AVANT LE 22 FÉVRIER 2019

auprès de l'Association Bio Normandie

mthomassin@bio-normandie.org

02 32 09 01 71

ou de votre
structure-relais

Plus d'infos sur
www.famillesaalimentationspositive.fr

En partenariat avec



• Association •
BIO NORMANDIE

Avec le soutien de

