

Le “Défi Foyers à alimentation positive”, qu’est-ce que c’est ?

De novembre 2021 à juin 2022, **trois** équipes composées chacune d’une douzaine de foyers relèveront le défi de manger plus de produits bio, plus de produits locaux sans dépenser plus.

Des temps forts pour mieux connaître l’agriculture bio et locale et ses produits

Pendant 8 mois, les familles se rencontreront en équipe autour de temps forts réguliers : soirée sur l’équilibre alimentaire, atelier cuisine, visite de ferme bio, atelier jardinage...

Autant de moments pour découvrir et partager des trucs et astuces pour manger bio tout en maîtrisant son budget, dans une ambiance conviviale et gourmande !

Deux relevés d’achats réalisés par les familles permettront de suivre l’évolution de leur consommation pendant la durée du Défi. (en décembre et en avril)

En juin, la soirée de clôture fera le bilan du Défi et désignera l’équipe gagnante.

Vous êtes partant ?

Vous souhaitez participer au Défi en devenant « famille test » ? **Complétez la fiche d’inscription et retournez-la à l’école**

Calendrier des animations

Soirée de lancement (animation en famille)	Mardi 16 novembre 18H30 - 20H30	À l’école
Visite de la ferme les jardins de Cilou (animation en famille)	Samedi 4 décembre après-midi (horaires à définir)	Cléguerec covoiturage possible
Conférence diététique par Aline Pons	Jeudi 27 janvier 18H30-20H30	Lycée du gros chêne Pontivy covoiturage possible
Atelier cuisine avec Sylvie Jézequel	Mardi 15 mars 3h (2h d’atelier et partage du repas)	Salle des fêtes de Réguiny (à confirmer)
Atelier jardinage (animation en famille)	Samedi 30 avril 10h -13h	Jardin Théonin Le Sourn covoiturage possible
Soirée de clôture (animation en famille)	Vendredi 10 juin 19h-21h	Jardin du siège de Pontivy communauté covoiturage possible

Ce Défi s’adresse à tous : personnes seules, couples, familles avec enfants, étudiants, personnes âgées, etc. Si vous connaissez des personnes intéressées dites-leur de contacter l’école !

