



Lancement du 2^e Défi Familles à Alimentation Positive en Région Centre-Val de Loire !

Entre le 28 septembre et le 7 octobre
16 équipes dans toute la région

A l'initiative du Graine Centre-Val de Loire, réseau régional pour l'éducation à l'environnement et de Bio Centre, ce défi a pour vocation d'accompagner des familles à augmenter leur part de produits bio, locaux et de saison.



Le pari du Défi Familles à Alimentation Positive ?

Il est possible d'avoir une alimentation savoureuse, équilibrée, biologique et locale sans augmenter son budget alimentaire !

Comment ça marche ?

Des équipes de 10 à 12 foyers (couple ou personnes seules, avec ou sans enfants, colocation...) répartis sur toute la Région sont accompagnées dans leur quotidien sur une période de 8 mois.

Pendant cette période :

- 4 ateliers et visites sont proposés aux familles (jardinage écologique, cours de cuisine, visite de fermes, échanges avec des nutritionnistes, gaspillage alimentaire...)
- Les familles font 3 relevés de leurs achats alimentaires sur 14 jours (quantité, prix, origine géographique, bio ou non bio...) pour suivre l'évolution du budget et des pratiques.

De nombreux avantages sont désormais reconnus à cette démarche :

- Evolution des habitudes d'achat et de consommation des participants
- Découverte de lieux d'achats à proximité pour s'approvisionner en produits locaux, bio, de saison
- Analyse par les familles de leur budget alimentaire
- Echanges conviviaux pérennes entre les familles participantes
- Implication de toute la famille, petits et grands
- Découverte et partage des recettes de plats bio locaux de saison peu coûteux

Avec le soutien de :

A l'initiative de :



Les équipes de l'édition 2018-2019 :

Dans le Cher (18) :

- 1 Equipe à **Bourges**, accompagnée par Bioberry
Inscription : 06.37.67.32.21 – bioberry.animation@bio-centre.org
- 1 Equipe à **Saint-Amand-Montrond**, accompagnée par CPIE Brenne-Berry
Inscription : auprès du Centre Social CAF : 02 48 96 17 17
- 1 Equipe à **Marçais**, accompagnée par CPIE Brenne-Berry
Inscription auprès de la Ferme des Ganivets : 02 48 56 29 36



Dans l'Eure-et-Loir (28) :

- 1 Equipe à **Nogent-le-Rotrou**, accompagnée par ATHENA
Inscription auprès de la Maison du Tertre : 02 37 52 98 65

Dans l'Indre (36) :

- 1 Equipe à **La Châtre**, accompagnée par le CPIE Brenne-Berry
Inscription auprès de l'ADAR CIVAM : 02 54 48 08 82

Dans l'Indre-et-Loire (37) :

- 3 Equipes à **Chambray-lès-Tours**, accompagnée par la SEPANT
Inscription auprès du CCAS : 02 47 48 60 55
- 1 Equipe à **La Ville-aux-Dames**, accompagnée par Couleurs Sauvages
Inscription auprès du Centre socioculturel Camille Claudel : 06 30 45 02 47
- 1 Equipe à **Château-La-Vallière**, accompagnée par Couleurs Sauvages
Inscription auprès de l'Association Habitus : 06 33 06 09 84
- 1 Equipe à **Azay-le-Rideau**, accompagnée par Familles Rurales 37
Inscription : 02 47 39 37 51 – laetitia.danger@famillesrurales.org
- 1 Equipe à **Tauxini – Saint-Bauld**, accompagnée par Familles Rurales 37
Inscription : 02 47 39 37 51 – laetitia.danger@famillesrurales.org

Dans le Loir-et-Cher (41) :

- 1 Equipe à **Vendôme**, accompagnée par ATHENA
Inscription auprès du Centre Caf : 02 54 77 11 58
- 1 Equipe à **Mondoubleau**, accompagnée par ATHENA
Inscription auprès du Centre Social des Collines du Perche : 02 54 80 85 80

Dans le Loiret (45) :

- 2 Equipes à **Orléans**, accompagnée par Marion Nature
Inscription : 06.52.75.65.07 – marionnature2016@gmail.com
- 1 Equipe à **Gien**, accompagnée par Marion Nature
Inscription : 06.52.75.65.07 – marionnature2016@gmail.com

Avec le soutien de :

A l'initiative de :

