



**MANGER
BIO ET LOCAL
SANS DÉPENSER PLUS,
C'EST POSSIBLE !**

Quand ? Mars à Juin 2025

Qui ? Foyers avec ou sans enfants, étudiants, personnes seules, couples, etc.

Votre structure relais

Nous contacter

Barbara SIE
Chargée de mission Projet Alimentaire Territorial
alimentation@pays-sundgau.fr
03 89 25 96 66

Sophie WIES, Bio en Grand Est
sophie.wies@biograndest.org
07 70 35 30 31



Relever le défi foyers à alimentation positive

GRATUIT
OUVERT
À TOUS



WWW.FOYERSAALIMENTATIONPOSITIVE.FR



→ Tout au long du défi

- Suivez l'évolution de votre consommation de produits bio et de votre budget.
- Participez à des temps forts mensuels avec votre équipe, en toute convivialité !

« Le défi est une très bonne initiative qui fait du bien ! Le regroupement en équipe et les rencontres sont une vraie aide à la démarche. »

Le défi nous a permis de découvrir de nouveaux produits, de nouvelles recettes, nous a poussé à rencontrer des producteurs locaux »



→ Liste des temps forts

- **Soirée de lancement conviviale** pour découvrir le projet vendredi 21 mars de 18h à 20h à la **Maison de la Nature** du Sundgau.
- **Visite d'une ferme bio** et découverte des lieux d'approvisionnement en produits bio-locaux.
- **Relevé individuel des achats alimentaires** sur 2 périodes pour suivre la consommation et la part financière des produits bio-locaux.
- **Atelier diététique** pour échanger sur l'équilibre alimentaire, et apprendre à manger sainement.
- **Atelier cuisine** pour cuisiner des plats bio-locaux peu coûteux.
- **Soirée de clôture** vendredi 20 juin à partir de 18h à la Maison de la Nature du Sundgau avec remise des prix aux familles participantes.
- **Et bien d'autres !**

