

MANGER BIO ET LOCAL

sans dépenser plus,
c'est possible !



Les défis foyers À ALIMENTATION POSITIVE

Visite de fermes, ateliers
diététique et cuisine,
partages d'expériences...

Foyers
à alimentation
positive



Illustrations : Olivia Milon



UNE ÉQUIPE SE CONSTITUE PRÈS DE CHEZ VOUS, REJOIGNEZ-LÀ !



COMMUNE DE
PRADES-LE-LEZ



Maison des
proximités

maisons
pour
TOUS
MÉLINA
MERCOURI

De Octobre 2022 à Juillet 2023



Le défi

Augmenter sa part de bio et local dans son alimentation, quel que soit son point de départ et sans augmenter son budget!

Pour réussir votre défi

Des animations conviviales et gratuites sont proposées :

- Soirée de lancement : rencontre des équipes
- Visite d'une ferme bio
- Atelier avec une diététicienne-nutritionniste pour apprendre à équilibrer son repas avec des produits de qualité et à budget constant
- Atelier culinaire pour préparer des recettes savoureuses avec des produits de saison
- Autres temps forts à définir selon les envies de l'équipe
- Soirée de clôture festive




Pour qui ?

Toute personne intéressée et habitant les communes de Castelnau-le-Lez, Montpellier, ou Prades-le-Lez (seules, couples, foyers avec ou sans enfants...)

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

Auprès de l'association CIVAM Bio 34

mathilde.lapeyronie@bio34.com

 06 49 98 45 27

Ou la structure relais la plus proche de chez vous:

• Montpellier : Maison Pour Tous Melina Mercouri
04.48.18.62.05 marianne.paris@ville-montpellier.fr

• Castelnau-Le-Lez : Maison des Proximités : Gaelle De Malleray
04.67.72.93.16 mdpdevois@castelnau-le-lez.fr

• Prades-le-Lez : Mairie : Gaelle Massei
04.99.62.26.10 g.massei@prades-le-lez.fr





Défi Foyers à Alimentation Positive

Formulaire de pré-inscription 2022

Inscrivez-vous avant le 28 octobre

Ce formulaire est à découper et à faire parvenir dans la structure relais de votre choix

Si vous le préférez, vous pouvez remplir le formulaire d'inscription directement sur internet :

<https://framaforms.org/pre-inscriptions-defi-foyers-a-alimentation-positive-metropole-de-montpellier-castelnau-le-lez>



Civilité : Mme Mr

Prénom :

Nom :

Mail :

Téléphone :

Nombre d'adultes dans la famille :

Nombre d'enfants dans la famille :

Age des enfants

1^{er} enfant :

2^{ème} enfant :

3^{ème} enfant :

4^{ème} enfant :

5^{ème} enfant :

6^{ème} enfant :

Adresse :

Code postal :

Ville :

Avec quelle structure relais près chez vous souhaitez-vous participer ?

Mairie de Prades-Le-Lez

*Place du 8 mai 1945,
34730 Prades-le-Lez*

Montpellier : Maison Pour

Tous Melina Mercouri

*842 Rue de la Vieille Poste,
34000 Montpellier*

Castelnau-Le-Lez : Maisons des Proximités

*Maison des proximités du Devois,
315 avenue du Devois ; 34 170 Castelnau-le-Lez*



Pour quelle(s) raison(s) souhaitez-vous participer au Défi Foyer ?

Avez-vous l'habitude de consommer des produits bio-locaux ?

Non, jamais

Oui, rarement

Oui, occasionnellement

Oui, souvent

Oui, toujours

Commentaires (ex : disponibilités en soirée / après-midi / week-end, activités que vous souhaitez voir dans le cadre du défi) :

J'accepte d'être pris en photo avec ma famille dans le cadre du projet et d'éventuellement apparaître sur les articles de presse, le site internet et la page Facebook du défi : Oui Non

Votre inscription sera confirmée par mail ou téléphone. Les informations qui vous concernent sont destinées exclusivement au CIVAM Bio 34 et aux personnes en charge de l'animation du défi dans les différentes structures relais

Signature

