

# Pontivy Communauté lance un Défi Foyers à Alimentation Positive

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



**Le Défi : Augmenter sa consommation de produits bio et locaux sans augmenter son budget**

**QUAND ?**

De Février à Juin 2020

**COMMENT ?**

En modifiant certaines de ses habitudes de consommation. Pour cela, des temps de rencontre mensuels seront proposés aux participant.e.s : ateliers cuisine, anti-gaspillage, jardinage, visites de ferme et de lieux de vente, conférence sur la diététique...



**CONTACT:**  
Marion PFIRSCH – Chargée de communication  
mab29.pfirsch@agrobio-bretagne.org  
02 98 25 22 53



## Pourquoi participer au Défi ?

- Bénéficier d'un accompagnement gratuit vers une alimentation savoureuse et équilibrée
- Connaître les trucs et astuces pour consommer des produits bio locaux tout en maîtrisant son budget
- Faire des rencontres et des échanges conviviaux avec les autres familles participantes
- S'informer sur l'agriculture biologique
- Connaître les lieux d'achats de produits bio dans son quartier/ dans sa ville
- Partager des recettes de plats bio locaux de saison peu coûteux
- Visiter des fermes, rencontrer des agriculteurs
- Participer à une aventure de groupe



## Le Défi sera porté par 4 structures relais qui recruteront chacune une dizaine de foyers

(personnes seules, en couple avec ou sans enfants)

Une soirée d'information, ouverte à toutes les personnes susceptibles d'être intéressées, aura lieu pour chacune des structures:

- **Pontivy Communauté: Lundi 3 février à 18h** dans la Salle de réunion au 2ème étage: *Ouvert aux agents de Pontivy Communauté et aux agents des communes*
- **L'école publique de Gueltas: Jeudi 6 février à 19h** à la Salle polyvalente de Gueltas : *Ouvert aux parents d'élèves, aux employés de l'école et aux habitants de Gueltas*
- **L'école publique de Régigny: Jeudi 13 février à 18h** à la Salle des fêtes de Régigny : *Ouvert aux parents d'élèves, aux employés de l'école et aux habitants de Régigny*
- **La Maison Pour Tous de Pontivy : Lundi 17 février à 12h**  
A la Maison Pour Tous : *Ouvert aux habitants de Pontivy*

[www.famillesaalimentationpositive.fr](http://www.famillesaalimentationpositive.fr)