



RELEVEZ LE DÉFI

"MIEUX MANGER POUR MOINS GASPILLER"

Participez avec nous pour :

- Réduire vos déchets d'au moins 20%
- Apprendre à découvrir le goût des aliments et manger de façon saine
- Préserver sa santé et celle de sa famille
- Protéger l'environnement
- Être accompagné grâce aux conseils, trucs et astuces

Durée du défi :
3 mois

DEUX OPTIONS S'OFFRENT A MOI PARENT :



Des vidéos et fiches
d'activités à la maison

Groupe 1

5 rendez-vous pour mieux manger,
mieux se porter,
sans dépenser plus



Groupe 2

INSCRIPTION PAR RETOUR DU BULLETIN
OU PAR TÉLÉPHONE AU 0590 24 38 77 (8H À 13H) AVANT LE 27/01/2020

Démarrage le 01/02/2020

COUPON-RÉPONSE DEFI FAMILLE - GASPIY 4.0

Nous souhaitons participer au défi famille « Mieux manger pour moins gaspiller »

Nom/Prénom (maman) :

Nom/Prénom (papa) :

Tél : Adresse email :

Ecole fréquentée par mon (mes) enfant(s) :

Classe :

Mon choix : Groupe 1 Groupe 2

AU PROGRAMME :

Éveil au goût

Ouverture à la variété alimentaire

Mise en avant du patrimoine local

Trucs et astuces pour réduire les déchets

DES VIDÉOS ET FICHES D'ACTIVITÉS À LA MAISON QUI VOUS APPORTERONT :

- ✓ **OUTILS** pédagogiques sur l'éducation au goût
- ✓ **ASTUCES** pour élaborer des plats équilibrés et simples
- ✓ **CONSEILS** et recommandations pour réduire vos déchets alimentaires

GRUPE 1



GRUPE 2

5 RENDEZ-VOUS :

- ✓ **ATELIER DU GOÛT** découverte de nouvelles saveurs par les 5 sens
- ✓ **SORTIE FAMILLE** dans une ferme (jardinage et cueillette)
- ✓ **ATELIER ALIMENTATION** et besoins nutritionnels des enfants
- ✓ **ATELIER CUISINE** avec un maître restaurateur
- ✓ **ATELIER ACHETER RESPONSABLE** (mieux maîtriser mon budget alimentation)

Contacts :

Caisse des écoles 0590 24 38 70 (Dany MEYNARD) / DETL 0590 24 71 33 (Rudy MOZAR)



COUPON-RÉPONSE