Manger bio et local sans payer plus : chiche !

En quoi consiste ce défi ?

Agrobio 35 lance cette opération, en partenariat avec le Pays des Vallons de Vilaine. Elle est inspirée d'une expérimentation ayant eu lieu en Rhone-Alpes en 2012-2013. Ici, on voudrait toucher une cinquantaine de familles des communes de Baulon, Goven, Guichen et Bain-De-Bretagne. Le but est que ces familles relèvent le défi d'augmenter leur consommation de produits bio et locaux, sans augmenter leur budget, tout en se faisant plaisir. L'opération s'adresse à tous : personnes seules, couples, familles avec enfants. Et de tous les milieux, la mixité sociale est particulièrement importante. Le projet est financé par le fonds euopéen Leader.

Concrètement, Comment cela va se dérouler ?

Le défi va se dérouler sur six mois, d'octobre 2014 à mars 2015. Les familles seront regroupées en équipe de dix. En octobre aura lieu une soirée de lancement durant laquelle un capitaine pour chaque équipe sera désigné. Il sera épaulé, dans chacune des quatre communes participantes, par une structure partenaire : la MFR de Baulon, la MFR de Goven, l'association Le Local de Bain-De-Bretagne, et la Ruche qui dit oui ! De Guichen. Le capitaine d'équipe sera là pour faire le relais des informations, et instaurer une dynamique au sein

du groupe.

Suite au lancement, un relevé de prix est organisé, sur une durée de 14 jours. Chaque famille doit noter pour chaque repas les produits utilisés, leur prix, leur provenance (acheté en supermarché, marché, vente directe etc…), si ils sont bios ou non, et leur provenance géographique. Tout est rentré sur informatique. Même opération, encore sur 14 jours, à la fin du défi, afin de comparer.

Durant les six mois, des temps forts d'accompagnement seront organisés : des visites de ferme et de lieux d'approvisionnement, des ateliers cuisine, jardinage, des rencontre avec un diététicien nutrionniste…

Quel est l'objectif de ce défi ? Et quel est l'intérêt pour les familles ?

L'objectif est de montrer aux familles comment consommer davantage de produits bios et locaux sans pour autant alourdir leur budget. L'avantage est que tous pourront bénéficier d'un accompagnement gratuit pour y arriver, tout en découvrant de nouveaux lieux d'approvisionnement, en apprenant à connaître les enjeux de l'agriculture biologique ou locale, et en testant de nouvelles recettes. Les familles auront aussi l'occasion, grâce à cette expérience, de mettre en pratique de nombreux trucs et astuces leur permettant de réaliser une cuisine savoureuse, à base de produits locaux, bio, et de saisons. Cela peut leur permettre aussi d'analyser leur budget dédié à l'alimentation. Enfin, c'est l'occasion de particuper à une aventure collective et de tisser des liens entre habitants d'un même territoire !

Plus d’infos

http://famillesaalimentationpositive.fr/