Défi alimentation – programme des ateliers

Défi alimentation – Calendrier des ateliers

Vous souhaitez initier ou poursuivre une démarche d'alimentation locale, saine et de saison sans pour autant augmenter votre budget ? Vous êtes intéressé(é)s par la découverte de nouveaux produits, techniques, recettes ou de conseils pour démarrer un potager ?

Le Défi alimentation, c'est quoi ?

Programme coordonné au niveau régional par le GRAINE Centre Val de Loire, qui a pour but d'accompagner les habitants et habitantes d'un territoire à aller vers plus de produits bio, locaux et de saison et à budget constant.

Soutenu financièrement par le Conseil Régional du Centre-Val de Loire.

Et concrètement, ça se passe comment ?

La Communauté de communes Autour de Chenonceaux – Bléré Val de Cher a fait le choix d'une mise en œuvre de ce Défi alimentation sur le périmètre de son territoire, pour une période qui s'étendra d'octobre 2023 à juin 2024.

Concrètement, les habitants du territoire, petits et grands, auront la possibilité de participer gratuitement à 8 temps forts, animés par la SEPANT :

- Événement de lancement, lors de la Journée de l'environnement du 7 octobre 2023 – participation libre ;
- Atelier « cuisine saine » lundi 6 novembre 2023 de 18h à 20h30 à Bléré – sur inscription ;

- Atelier « cuisine anti-gaspi » mercredi 13 décembre 2023 de 18h à 21h à Francueil – sur inscription ;
- Atelier « cuisiner les légumineuses » mercredi 17 janvier 2024 de 18h à 21h à Athée-sur-Cher – sur inscription ;
- Atelier « cuisiner avec un tout petit budget » samedi 24 février 2024 de 10h à 13h à Courçay – sur inscription ;
- Atelier « jardinage au naturel » mercredi 17 avril 2024 de 17h30 à 19h30 à Bléré – sur inscription ;
- Atelier « plantes sauvages comestibles » samedi 25 mai 2024 de 10h à 12h à Athée-sur-Cher – sur inscription ;
- Visite d'une exploitation de maraichage bio en juin 2024 à Luzillé- sur inscription.

[Téléchargez le programme détaillé](#)

Comment faire pour participer ?

Inscriptions possibles auprès de Emma YAO (SEPANT), par mail ou téléphone (12 à 20 participants maximum par atelier) : emma.yao@sepant.fr ; [09 77 38 61 75](tel:0977386175) – [07 68 40 60 41](tel:0768406041)

EN SAVOIR +

Communauté de communes

02 47 23 58 63

[Formulaire de contact](#)

Coordination: **graine** | Préparé par: **AUTOUR DE CHEMORCEAUX** | Animation: **SEPANT**

DÉFI ALIMENTATION

pour une alimentation plus respectueuse sans augmenter son budget

8 novembre 18h-21h30	CUISINE SAINES	Bléré
13 décembre 18h-21h	CUISINE ANTI-GASPI	Francueil
17 janvier 18h-21h	CUISINER LES LÉGUMINEUSES	Athée-sur-Cher
24 février 2024 10h-13h	CUISINER AVEC UN TOUT PETIT BUDGET	Courçay
17 avril 2024 17h30-19h30	JARDINAGE AU NATUREL	Bléré
25 mai 2024 10h-12h	PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES	Athée-sur-Cher
2 juin 2024 10h-12h	RENCONTRE CHEZ UNE PRODUCTRICE	Luzillé

GRATUIT
INSCRIPTION

Renseignements et inscriptions : emma.yao@sepant.fr / 09 77 38 61 75
En savoir plus : grainecentre.org/defi-alimentation

Septembre 2024