

## « Défi Familles Zéro Gaspi »



### UN DÉFI À RELEVER EN FAMILLE :

Vous souhaitez vous lancer un défi personnel ?  
Vous voulez réduire les frais qu'engendre le gaspillage alimentaire au sein de votre foyer ?  
Vous désirez récolter des trucs et astuces et échanger avec d'autres familles ?

### Ce défi est fait pour vous !

Le CPIE Bresse du Jura, la Communauté de Communes Ouche et Montagne, et le SMICTOM de la Plaine Dijonnaise proposent des temps d'échanges qui vous aideront à avancer sur la question du gaspillage alimentaire avec votre famille.

N'attendez plus, lancez-vous dans le défi Famille Zéro Gaspi !  
De décembre 2017 à février 2018

**28 familles engagées !  
Pourquoi pas vous ?**

**400 €**  
de nourriture  
par famille par an  
jetés à la poubelle



Ce projet est soutenu par le Conseil Départemental de la Côte d'Or,  
la Draaf et l'Ademe Bourgogne Franche Comté



BRESSE DU JURA

CPIE Bresse du Jura  
18 rue des Deux Ponts  
39 230 SELLIERES  
03 84 85 12 75

## Au menu, de décembre 2017 à février 2018 :

- 1- **Une soirée de lancement** afin de présenter aux familles les différents temps du défi. Cette soirée permettra aussi de rencontrer les autres familles et de discuter des actions possibles pour limiter le gaspillage alimentaire.
- 2- **Un accompagnement pour la réalisation de mesures** afin de formaliser les achats du ménage, mais aussi de suivre la production de déchets.
- 3- **La visite d'un centre de traitement des déchets** pour mieux comprendre l'intérêt de les limiter en évitant le gaspillage.
- 4- **La visite d'une exploitation agricole** pour rencontrer un producteur afin de prendre en compte et voir les avantages de se fournir localement.
- 5- **L'élaboration et le partage d'un repas zéro gaspillage** pour montrer qu'il est possible de réduire au maximum la production de déchets au quotidien.
- 6- **Un cycle de 3 ateliers culinaires** pour échanger sur les achats de nourriture, la planification des repas, les problématiques de taille de portion, le stockage des aliments ou encore la valorisation des restes.
- 7- **Une soirée de clôture avec l'élaboration et le partage d'un repas zéro gaspillage** pour partager l'expérience vécue.

**Et surtout des échanges, des rencontres, du partage  
et tout ça dans la bonne humeur !**

### Nous commençons bientôt :

Les dates des animations vous seront communiquées lors de la soirée de lancement.

**Vous souhaitez avoir plus d'informations ?  
Vous souhaitez vous inscrire au défi ?**

Contactez **Caroline BOUCHARD**  
03 84 85 12 75 / [alimentation.cpiebj@free.fr](mailto:alimentation.cpiebj@free.fr)

