

Manger local, c'est génial



Pour le climat, privilégions l'alimentation locale :
en consommant des produits locaux, réduisons l'impact carbone lié
au transport des aliments. Cela permet de déguster des produits frais
et de saison, riches en saveurs. Nous soutenons aussi l'agriculture locale,
et donc l'économie de notre région.

Une alimentation équilibrée pour une santé musclée



Une alimentation équilibrée pour une santé musclée :

- › Mangeons 5 fruits et légumes par jour (bio et locaux)
- › Privilégions les protéines végétales
- › Réduisons le sucre

Ton plat d'hier, c'est ton entrée aujourd'hui



Des aliments non consommés ?

Laissons-leur une seconde chance : au lieu de jeter un aliment, regardons comment le consommer autrement.

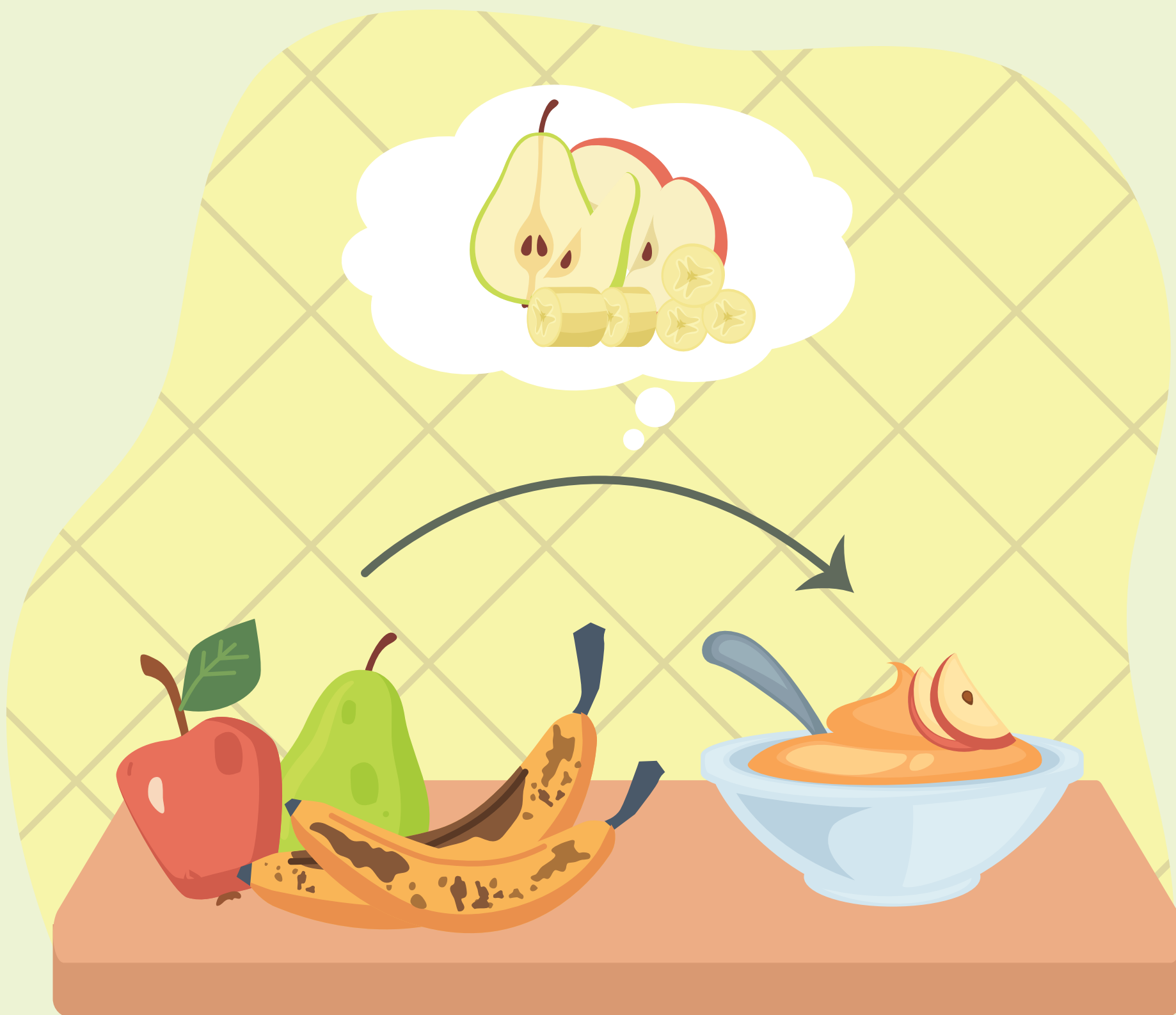
Quand c'est fait maison, **c'est fait avec passion**



Le fait « maison », c'est :

- › Plus de goût et moins de coût
- › Moins d'emballages et de gaspillage
- › Bon pour notre santé et notre planète

L'important n'est
pas d'être beau,
c'est d'être bon



Des aliments non consommés ?

Laissons-leur une seconde chance : au lieu de jeter un aliment, regardons comment le consommer autrement.

Manger local, c'est vital



Pour le climat, privilégions l'alimentation locale :
en consommant des produits locaux, réduisons l'impact carbone lié au transport des aliments. Cela permet de déguster des produits frais et de saison, riches en saveurs. Nous soutenons aussi l'agriculture locale, et donc l'économie de notre région.

Manger maison, c'est vraiment bon !



Le fait « maison », c'est :

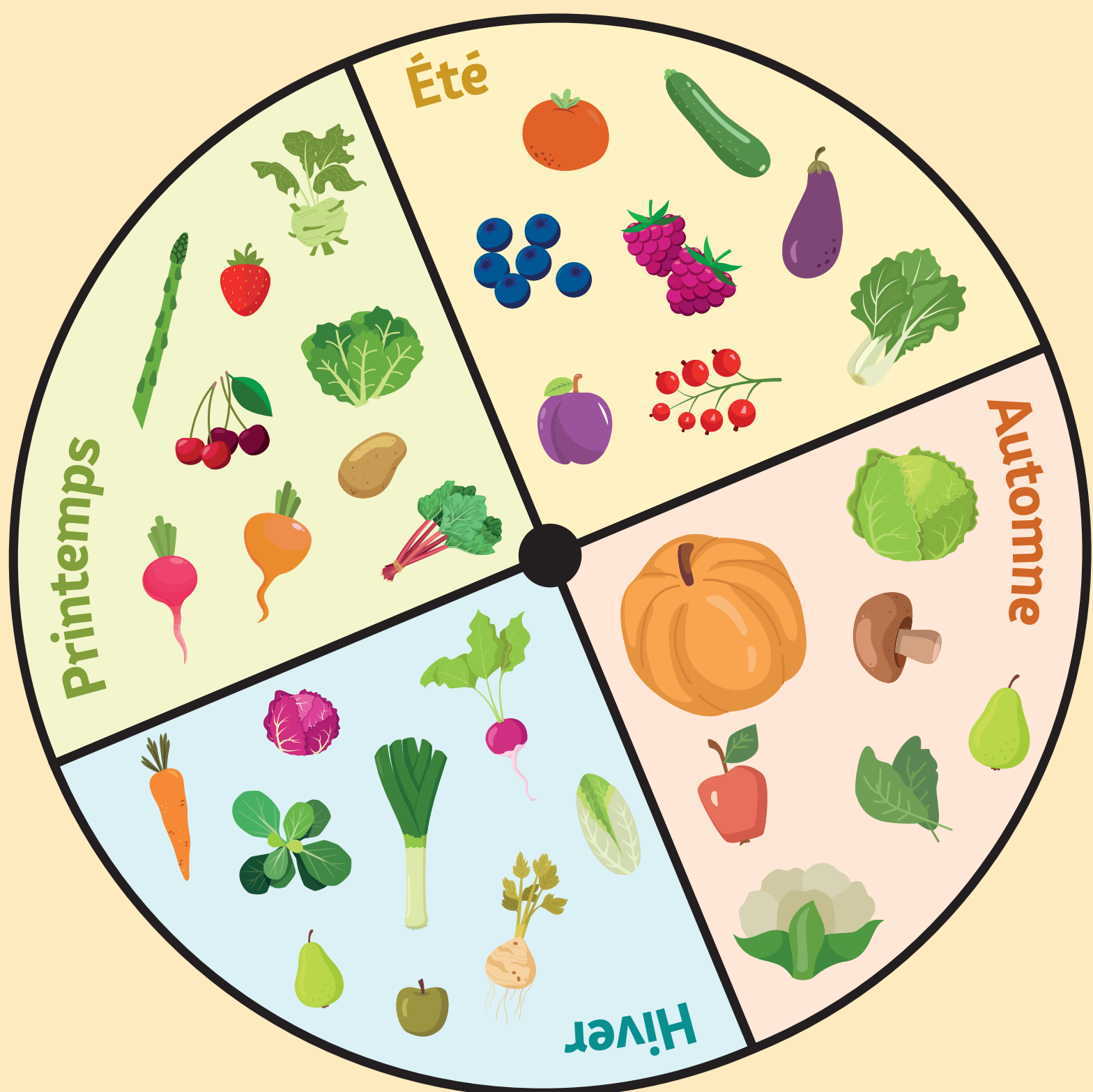
- › Plus de goût et moins de coût
- › Moins d'emballages et de gaspillage
- › Bon pour notre santé et notre planète

Les pieds dans le plat pour limiter notre empreinte carbone



Pour réduire notre empreinte carbone :
privilegions les produits locaux et de saison, mangeons moins
de viande mais de meilleure qualité, osons les protéines végétales.

Les fruits et légumes de saison, **c'est tellement bon**



Les fruits et légumes de saison :

Cultivés près de chez nous, ils voyagent peu, sont récoltés à maturité et répondent à nos besoins saisonniers. De quoi se régaler, maîtriser notre impact carbone et garder du jus toute la journée.