PARTICIPEZ AU DÉFI

Bien se nourrir

ateliers de cuisine

atelier de jardinage

atelier de nutrition

découverte de points de vente d'aliments

visite d'une ferme



meyrin.ch/biensenourrir

La participation au défi est gratuite
et ouverte à tous les foyers meyrinois.
Les places sont limitées.

Inscrivez-vous au défi dès maintenant :
durabilite@meyrin.ch

MEYRIN.ch

Bien se nourrir, ensemble

En 2027, rejoignez le défi Bien se nourrir, entre amis, en solo ou en famille.



Le but ? Se nourrir de façon équilibrée avec des produits locaux, bons pour la santé et la planète, sans augmenter votre budget alimentaire habituel.

Pour y parvenir, **participez gratuitement** à un rendez-vous par mois entre janvier et novembre. Cette expérience sera riche en découvertes, notamment grâce aux conseils de spécialistes de la nutrition et de la cuisine gourmande. Des équipes seront constituées pour encourager les échanges, le soutien mutuel et le partage d'expériences.

Programme 2027

21 janvier	19h	Soirée d'information et de lancement du défi
28 février	10h	Atelier de nutrition
18 mars	19h	Découverte de points de vente alimentaires locaux
18 avril	10h	Visite d'une ferme
23 mai	10h	Atelier de cuisine 1
6 juin	10h	Atelier de jardinage (date à confirmer)
13 juin	10h	Atelier de cuisine 2
26 septembre	10h	Atelier de cuisine 3
17 octobre	10h	Atelier de cuisine 4
19 novembre	19h	Soirée de clôture et bilan

Soirée d'information

Jeudi 21 janvier 2027 à 19h
Aula de la mairie
Rue des Boudines 6 – 1217 Meyrin

Gratuit, tout public
Sans obligation de participation au défi
Inscription possible à la fin de la soirée