



• Réseau **Corabio** •  
Les Agriculteurs **BIO** de Rhône-Alpes

# Défi Familles à Alimentation Positive



**Familles**  
à alimentation  
positive



*Présentation du Séminaire Agriculture  
Parcs Naturels Régionaux de France  
08/11/2016*

[antoine.couturier@corabio.org](mailto:antoine.couturier@corabio.org)

# La fédération des paysans bio

**1 fédération nationale**  
12 salariés

*Représentation des régions,  
négociation politique,  
membre d'IFOAM Europe*



**FNAB**  
Fédération Nationale  
d'Agriculture **BIOLOGIQUE**



**ADABio**

Les Agriculteurs **BIO** de l'Ain, l'Isère,  
la Savoie et la Haute-Savoie



**ARDAB**

Les Agriculteurs **BIO** de Rhône et Loire



**Agri Bio Ardèche**

Les Agriculteurs **BIO** d'Ardèche



**Agribiodrôme**

Les Agriculteurs **BIO** de la Drôme

**70 groupements  
départementaux**

170 salariés

dont 40 en Rhône-Alpes

*Porte d'entrée du réseau des  
paysans bio,  
les GAB accompagnent  
les producteurs bio, en  
conversion et convention-  
nels, les professionnels de  
développement de la bio et  
les collectivités à mettre en  
œuvre leur projet en faveur  
du développement de l'agri-  
culture biologique.*

**24 groupements  
régionaux**

120 salariés

dont 12 en Rhône-Alpes  
*Coordination de l'action locale,  
négociations politiques, représentation*



**Corabio**

La Coordination **BIO** de Rhône-Alpes

# Objectif d'un défi FAAP

- ❑ Manger équilibré en cuisinant plus de produits bio, locaux et de saison... SANS augmenter son budget !
- ❑ Résultat à atteindre : augmenter de 20 points sa consommation de produits bio à budget constant
- ❑ Au-delà du résultat, importance accordée à la progression, idée d'enclencher un cercle vertueux



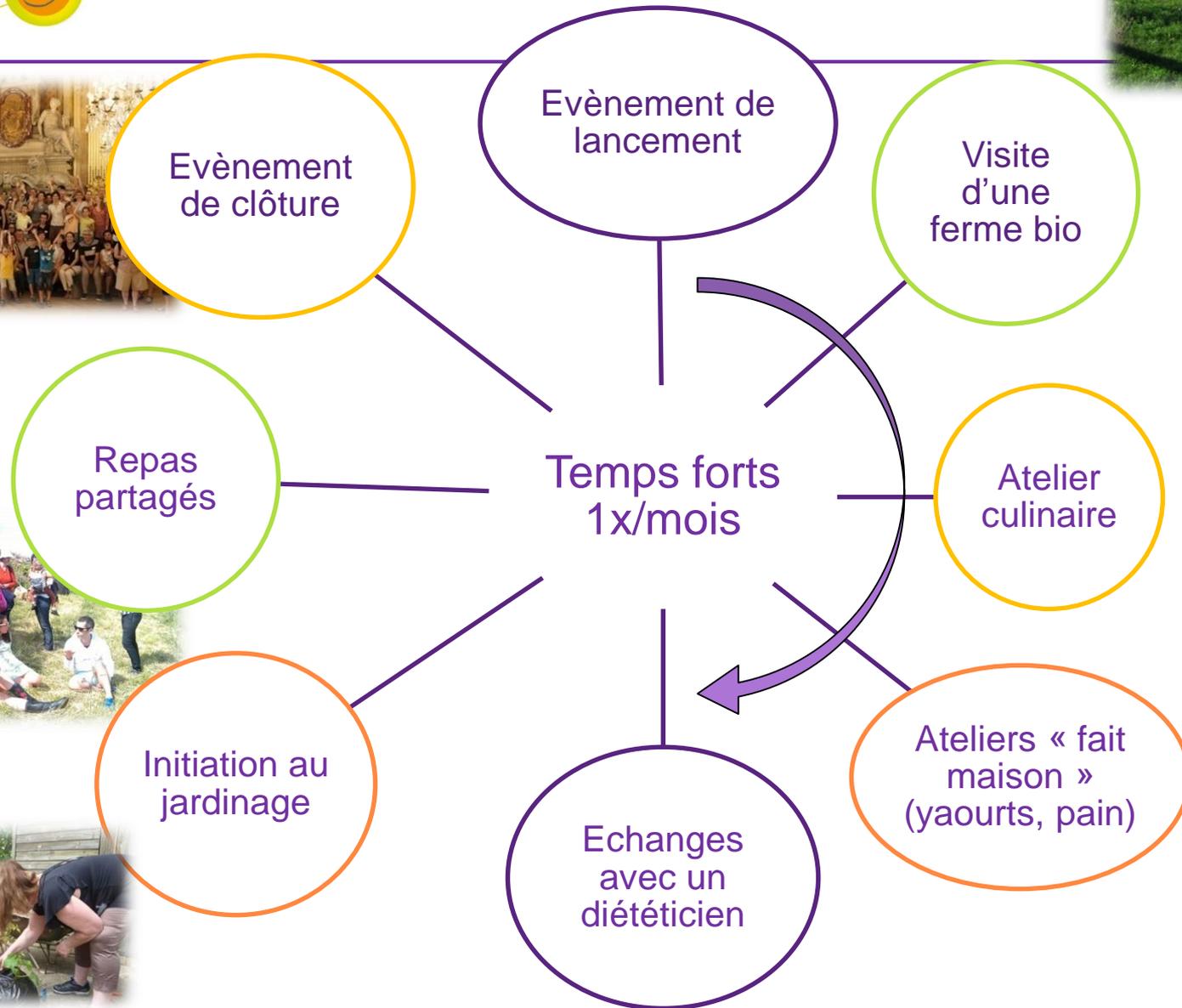
# Comment cela fonctionne

- Un défi = un territoire, une structure porteuse et des structures relais
- Une cinquantaine de foyers participants, réunis en 5 équipes, avec 1 capitaine par équipe.
- Deux axes :
  - Participer aux Temps Forts
  - Réaliser des relevés de ses achats alimentaires

... En toute convivialité!



# Les Temps Forts



# Les relevés d'achats

- ❑ 2 à 3 fois pendant 15 j, via le site web [www.famillesaalimentationpositive.fr](http://www.famillesaalimentationpositive.fr)
- ❑ Sont saisis : catégorie du produit, bio ou non bio, lieu d'achat, prix, et origine du produit + le nombre de convives par repas.
- ❑ **Résultats mesurés : En moyenne, passage de 36 % à 56 % de produits bio avec diminution de 1.75 € à 1.53 € du coût par repas et par personne.**



[Notre défi](#)[Saisie des achats](#)[Saisie du nombre de convives](#)[Résultats](#)[Enquête de satisfaction](#)[Mon Profil](#)

A l'aide de vos tickets de caisse conservés durant 14 jours, vous allez compléter le cahier des achats alimentaires. Si vous cueillez des aliments (jardin, cueillette) lors de ces 14 jours, vous allez pouvoir le préciser. Si l'on vous offre des aliments pendant ces 14 jours, vous allez pouvoir les ajouter comme « don ».

Règles à respecter pour faciliter la saisie :

- Remplissez votre relevé d'achats ligne par ligne.
- A chaque fois que vous validez une ligne, une nouvelle apparaît.
- Vous pouvez corriger une ligne ou la modifier à tout moment pendant la période de relevé.

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à consulter la [notice](#).

## Défi drômois - Période de saisie n°2 du 4 Octobre au Jeudi 12 Novembre 2015

Épicerie	Pâtes	Bio	Épicerie/Commerce de proximité	5 €	France			
Légumes	Salades	Bio	Don	0 €	Département			
Gamme de produits ▼	Produit ▼	Bio/Non Bio ▼	Lieu d'achat ▼	Prix payé en	Origine géographique ▼			



**ARCHIVES**  
DES PÉRIODES DE SAISIE PRÉCÉDENTES

## DONNÉES GÉNÉRALES SUR VOS ACHATS ALIMENTAIRES

### Montant total des achats alimentaires

AFFICHER: **Mon foyer** Mon équipe Mon défi

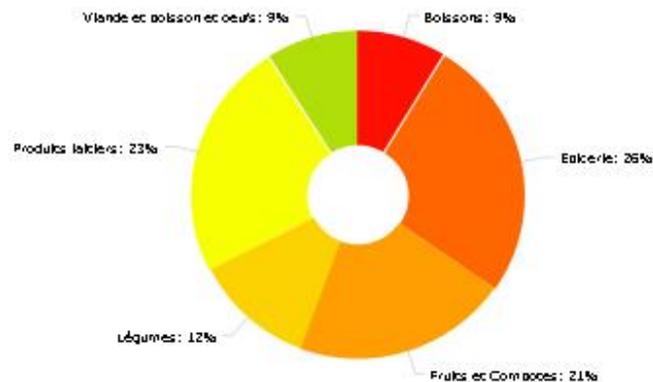
	Période 1	Période 2	Période 3	TOTAL
Total achats alimentaires	277 €	2 €	49,5 €	<b>328,5 €</b>
<b>MONTANT DES ACHATS ALIMENTAIRES PAR REPAS</b>	<b>10,99 €</b>	<b>?</b>	<b>3,15 €</b>	<b>8,03 €</b>

Évolution du coût repas depuis le 1er relevé d'achats : -7,84 €

### Part des achats pour chaque famille de produits

AFFICHER: **Mon foyer** Mon équipe Mon défi

**Période 1** Période 2 Période 3 Total







# Retroplanning de l'organisation d'un défi

	Mai	Juin	Juil.	Août	Sept.	Oct	Nov.	Dec.	Jan	Fev	Mars	Avr	Mai	Juin
<b>Validation collectivités</b>														
<b>Recherche structures relais</b>														
<b>Communication auprès des foyers</b>														
<b>Mise en place du projet + soirées lancement</b>														
<b>Découverte ferme bio</b>														
<b>Suivi des achats alimentaires</b>														
<b>Rencontre diététicien nutritionniste</b>														
<b>Atelier cuisine</b>														
<b>Repas partagé</b>														
<b>Jardinage</b>														
<b>Enquête familles</b>														
<b>Soirée de clôture</b>														



# Rôles de la structure relais

---

- Diffuser l'information et « recruter » les foyers
- Faire le lien entre l'animateur du défi et les familles
- Accompagner l'animateur sur le choix des temps forts
- Possibilité de co-organiser des temps forts – mettre à disposition des locaux, du matériel (ex. de cours de cuisine)
- Accompagner les familles rencontrant des difficultés dans le défi (lors des relevés d'achats par exemple)
- Etre présentes sur les temps forts mensuels
- Communiquer localement sur le projet (bulletins municipaux ou de quartier, correspondant locaux)



# Budget et temps de travail

## Budget FAAP (pour 50 foyers)

Animation GAB	40 jours à 450 €	18 000 €
Co animation structures relais (à voir)	9 jours à 450 €	4 050 €
Appui nutrition	5 jours à 450 €	2 250 €
Atelier cuisine	5 jours à 400 €	2 000 €
Indemnités agriculteurs	4 jours à 100 €	400 €
Temps forts, buffets, collations		300 €
Soirée de clôture		2 200 €
Outils de communication		700€
<b>Total</b>		<b>30 000€</b>



# Conclusion

---

- Une quinzaine de défis organisés depuis 2013, plus de 1000 foyers sensibilisés.
- Issu de Rhône-Alpes, déployé aujourd'hui en Bretagne, Pays de Loire, Normandie, Ile-de-France, Hauts de France...
- Outils existants : kit d'aide au montage d'un défi FAAP, charte FAAP, site web permettant la saisie en ligne des achats et la diffusion d'information, jeu de société « Le Bio'osteur », newsletter
- Partenaires :
  - Le réseau des Agriculteurs Biologiques : la FNAB au niveau national et le Groupements des Agriculteurs Bio de votre département
  - Soutien financier nécessaire : Conseil Régional, Conseil Départemental, Métropole, communes ou intercommunalité.
  - Structures relais potentielles : centre social, MJC, CCAS, Maison Familiale et Rurale, Jardins de Cocagne, collectivités.

# Pour aller plus loin ...



• FNAB •  
Fédération Nationale  
d'Agriculture **BIOLOGIQUE**

*Kit d'aide au montage de projet  
du Défi «Familles à alimentation positive»*



*Augmenter sa consommation bio sans  
augmenter son budget : relevez le Défi !*

# Pour aller plus loin ...

 Fédération Nationale d'Agriculture Biologique  
des régions de France

*Circuits de proximité à dimension sociale en Agriculture Biologique*  
Recueil d'expériences innovantes



 *Boite à outils*  
pour les collectivités territoriales

 [www.fnab.org](http://www.fnab.org)  
40 rue de Malte  
75011 Paris  
Tél: 01 43 30 30 69  
[www.commarbio.org](http://www.commarbio.org)

*Circuits de proximité à dimension sociale en Agriculture Biologique :*  
**des initiatives innovantes pour les territoires**

 Fédération Nationale d'Agriculture Biologique



BOITE À OUTILS  
POUR LES COLLECTIVITÉS  
TERRITORIALES



*Circuits de proximité à dimension sociale en Agriculture Biologique :*  
**intégrer une dimension sociale à un projet collectif de commercialisation en circuits courts**

 Fédération Nationale d'Agriculture Biologique



BOITE À OUTILS  
À DESTINATION DES  
PRODUCTEURS



---

# Présentation des différents temps forts



# 1/ La soirée de lancement

- Objectifs :

- Présenter le défi aux familles
- Leur distribuer les documents dont elles auront besoin
- Donner le top départ du défi

- Contenu :

- Présentation de l'AB
- Présentation des différents points de vente possibles
- Présentation du défi
- Présentation des outils distribués

- Intervenants :

- animateur GAB





## 2/ Visite de ferme

- Objectifs :

- Faire découvrir le métier d'agriculteur
- Présenter plus en détail les spécificités de l'AB
- En + : possibilité de présenter des nouveaux points de vente (vente à la ferme, magasins de producteurs,...)

- Contenu :

- Visite d'exploitation (présentation de la ferme, des productions, des spécificités de l'AB)
- Repas ou pot partagé

- Intervenants :

- Producteurs



## 3/ Rencontre diététicien-nutritionniste

---

- Objectifs :

- Sensibiliser les familles sur :
  - Comment manger sainement?
  - Diversité et intérêt nutritionnel des produits bio
  - Comment équilibrer ses repas?

- Contenu :

- Présentation diaporama
- Jeu « céréales et légumineuses »
- Echanges entre participants

- Intervenants :

- Diététicien / nutritionniste



## 4/ Atelier cuisine

- Objectifs :

- Découverte de nouveaux produits
- Découverte de nouvelles recettes
- Découverte d'astuces « bon marché »



- Contenu :

- Présentation des produits, des recettes, des techniques utilisées
- Pratique et cuisine
- Dégustation et échanges entre participants

- Intervenants :

- Cuisinier formateur du réseau FNAB ou restaurateur

## 5/ La soirée de clôture

- Objectifs :

- Présenter les résultats du défi et le bilan de l'expérience
- Remettre les prix aux familles
- Clôturer l'opération de manière festive

- Contenu :

- Rétrospective du défi
- Présentation du bilan de l'édition et des résultats par équipe
- Remise des prix
- Repas partagé

- Intervenants :

- animateur GAB  
(+ intervenant extérieur éventuel)



## 6/ Animation gaspillage alimentaire

- Objectifs :

- Définir le gaspillage alimentaire
- Comprendre ses étapes
- Savoirs et savoirs-faire pour l'éviter



- Contenu :

- Présentation des notions de base et des étapes du gaspillage alimentaire
- Activités pratiques pour éviter le gaspillage alimentaire (atelier cuisine et/ou dégustations et/ou jeu)

- Intervenants :

- animateur extérieur en fonction du territoire

## 7/ Visite de point de vente

- Objectifs :
  - Découvrir un point de vente local et en comprendre le fonctionnement
- Contenu :
  - Visite du point de vente
  - Echanges sur les produits disponibles et le fonctionnement
- Intervenants :
  - Responsable du point de vente



## 8/ Soirée jeu – repas partagé

- Objectifs :

- Echanger des trucs et astuces autour d'un repas partagé bio local
- « Réviser » de façon ludique en jouant (au Bioosteur par exemple)

- Contenu :

- Jeu (à fournir au capitaine en amont)
- Repas

- Intervenants :

- Soirée organisée par chaque capitaine pour son équipe



## 9/ Atelier jardinage

- Objectifs :
  - S'initier au base du jardinage biologique
- Contenu :
  - Bases théoriques pour jardiner dans son jardin ou sur un balcon (en fonction des groupes)
  - Réalisation pratique adaptée en fonction des groupes (potager et/ou plantes aromatiques)
- Intervenants :
  - animateur jardinage du territoire





## 10/ Atelier pain - yaourt

---

- Objectifs :

- Prolonger l'atelier cuisine en mettant l'accent sur la confection de produits facilement réalisables « maison » : pain, yaourts,...

- Contenu :

- Bases théoriques
- Réalisation pratique

- Intervenants :

- animateur GAB ou producteur (paysan boulanger)