



MANGEONS LOCAL, MANGEONS DES VARIÉTÉS DIFFÉRENTES, MANGEONS DE SAISON. LA BIODIVERSITÉ EST ESSENTIELLE POUR LA SANTÉ DE NOTRE ÉCOSYSTÈME !

Savez-vous combien de kilomètres vos aliments ont parcouru ? D'où viennent-ils, comment sont-ils arrivés là ? Où les avez-vous achetés ? Sont-ils de saison ? Des questions très simples, n'est-ce pas ?

Et pourtant, elles sont fondamentales pour l'avenir de notre planète. Pourquoi ? Parce que consommer des légumes importés d'au-delà des océans, ce n'est pas durable. Vouloir consommer des fruits qui ne sont pas de saison, ce n'est pas durable. Le gaspillage engendré par cette chaîne d'approvisionnement n'est pas durable. Lorsque vous achetez ces produits, entre vous et votre nourriture se tient toute une série d'intermédiaires et de multinationales. Et la plus grosse part de ce que vous payez ne remonte jamais jusqu'à l'agriculteur.

Posez-vous donc cette question : Quels aliments poussent là où vous habitez ? Si vous choisissez des aliments locaux, produits par des producteurs de petite échelle, vous réduisez les émissions. Vous soutenez votre économie locale. Et en plus de cela, vous mangez une nourriture plus fraîche, meilleure pour la santé, plus savoureuse.

Slow Food travaille avec un réseau de petits producteurs dans le monde entier, pour défendre l'incroyable richesse que représentent leurs traditions gastronomiques locales. Aidez-nous à les soutenir !

Le premier défi de cette campagne est celui de promouvoir une alimentation locale et de saison. Avec le slogan Mangeons local, nous appelons chacun à participer au changement, en commençant par son propre foyer !

IL EST TEMPS DE PASSER À L'ACTION ! 🕒

Voici le défi : à partir du **16 octobre**, Journée Mondiale de l'Alimentation, et jusqu'au 5 Novembre, essayez de manger uniquement de la nourriture locale, de saison, produite par des petits producteurs de votre région, et demandez à vos amis et à votre famille de faire la même chose. Ensuite, racontez-nous!



COMMENT PUIS-JE PARTICIPER AU DÉFI ?

- Allez aux marchés des producteurs locaux, regardez s'il y a un Marché de la Terre Slow Food dans votre région ou entrez directement en contact avec les fermes près de chez vous.
- Votre nourriture est produite par de vraies personnes – allez les rencontrer ! Écoutez leur histoire, et racontez-la nous !
- Dites-nous quels produits locaux vous avez mangés au cours de la semaine !
- Utilisez notre cadre Le Changement au Menu pour customiser votre photo de profil Facebook
- Préparez un dîner pour vos amis en utilisant des ingrédients locaux.
- Racontez-nous l'histoire d'un produit spécial typique de votre région.
- Si vous êtes un petit producteur, parlez autour de vous de la biodiversité que vous défendez.
- Si vous faites partie du réseau Slow Food, impliquez les autres membres, votre Marché de la Terre, votre communauté de la nourriture. Organisez un eat-in, un dîner, ou la visite guidée d'un jardin potager Slow Food, de lieux de productions de produits Sentinelles ou de l'Arche du Goût.

PROMEUS NOTRE CAMPAGNE !

Prenez des photos, faites des vidéos, envoyez-nous des recettes, racontez-nous les événements !

Partagez-les sur les réseaux sociaux en utilisant les hashtags **#MenuForChange #SlowFood #EatLocal** et envoyez-les nous à communication@slowfood.it !

Nous construirons une roue alimentaire représentant la saisonnalité dans chaque région du monde !

SOUTENEZ-NOUS !

Peu importe votre mode de participation, pensez à récolter des fonds pour les projets Slow Food. Invitez à faire un don en ligne ou récoltez les petits dons concédés par les participants d'une activité : les moyens de soutenir Slow Food sont nombreux !

DES QUESTIONS?

Slow Food International
communication@slowfood.it

#MENUFORCHANGE #SLOWFOOD #EATLOCAL

www.slowfood.com

