



Mieux manger ? Chiche !

Le défi alimentaire Eudia annuel soutient une alimentation plus saine, plus sociale, plus écologique. Il permet à chacun de s'entraîner à mieux manger encore que d'habitude. C'est aussi l'occasion de se préparer aux repas copieux des fêtes de fin d'année pour mieux les apprécier.



"Fais de tes aliments ta médecine." Hippocrate



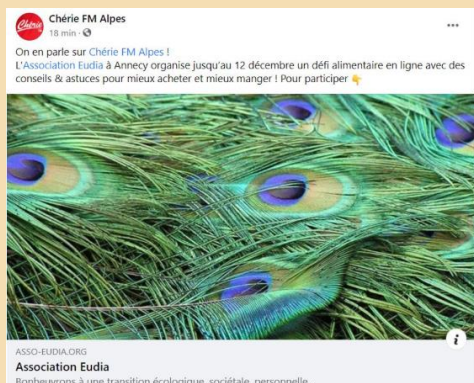
Article du 26/10/20 paru sur le Dauphiné Libéré au sujet du Défi Eudia

Un forum de lancement gratuit a été organisé le lundi 30 novembre à Bonlieu en plein cœur d'Annecy, avec le soutien de la Ville d'Annecy et avec plusieurs intervenants dans le domaine d'une alimentation raisonnée : Biocoop, Restos du cœur, nutritionniste, France Nature Environnement 74, AMAP, etc. Annulé au dernier moment par le confinement, l'édition 2021 promet d'être passionnante...



Cette édition n'est donc tenue en numérique, avec un groupe Facebook qui reste actif et qui s'étoffera année après année pour partager les bons plans, les idées, les questions. Défi alimentaire Eudia f.

Une feuille de route, préparée par Eudia avec l'appui de référents (médecin généraliste, nutritionnistes, ingénieurs agroalimentaire et agronome, vétérinaire, agriculteur-éleveur), permet à chaque participant de se fixer ses propres objectifs, guidés par 13 objectifs généraux proposés.



Publication Chérie FM sur le défi

La première édition s'est déroulée du samedi 14 novembre au samedi 12 décembre 2020, mais la Covid 19 en a fait une édition mouvementée !

A detailed graphic for the 'Défi alimentaire... Mieux manger ? Chiche !' event, including a program, logos of partners like AMAP and Biocoop, and event details for November 30, 2020.



Feuille de route toujours téléchargeable sur le groupe



DiffNRJ-Eudia01.mp3 DiffNRJ-Eudia02.mp3 DiffNRJ-Eudia03.mp3 DiffNRJ-Eudia04.mp3

Fichiers audio des 4 diffusions sur NRJ