

# Défi Familles

À BIODIVERSITÉ POSITIVE



La Communauté de Communes Côte Ouest Centre Manche  
et le Parc naturel régional des Marais du Cotentin et du Bessin  
vous proposent...

## Le Défi Familles à Biodiversité Positive

#2 sur l'alimentation

Du 29 et 30 janvier au 4 juin 2022

Échanger, apprendre et partager avec des familles du territoire  
sur « **comment cuisiner autrement** », découvrir les **producteurs locaux**  
et les **circuits courts**, partager des **bons plans**,  
limiter l'impact de l'alimentation sur la biodiversité...

### Qui peut participer ?

Les familles avec enfant(s) qui habitent sur le territoire du Parc Naturel Régional des Marais du Cotentin  
et du Bessin\* (liste complète disponible sur [www.cocm.fr](http://www.cocm.fr))

### Comment participer ?

Rejoignez l'équipe la plus proche de chez vous (La Haye, Lessay, Marchésieux ou Périers)

Participez aux temps collectifs d'animation proposés 1 fois par mois par la Communauté de Communes  
et le Parc des Marais afin d'échanger et avoir des conseils sur l'alimentation  
(atelier cuisine, rencontre avec des producteurs, découverte des plantes comestibles...)

Engagez-vous dans des défis intermédiaires avec votre capitaine d'équipe 1 fois par mois  
pour faire gagner votre équipe tout en aidant la biodiversité  
(recette originale anti-gasti, plat végétarien, courses directement à la ferme...)

Inscrivez votre famille avant le 18 janvier 2022

par mail à [defifamilles@cocm.fr](mailto:defifamilles@cocm.fr)

Informations au 02 33 76 73 38

Communauté de Communes

