



GRENOBLEALPES  
MÉTROPOLE



**MANGER BIO, LOCAL,  
ET DE SAISON**

**débats** ”  
POUR LE CLIMAT

# Mes pas d'après

débats <sup>”</sup>  
POUR LE CLIMAT



## Je découvre

- Regarder la vidéo de Brut *Le vrai bilan carbone de nos aliments*
- Mesurer mon empreinte carbone sur le site [nosgestesclimat.fr](https://nosgestesclimat.fr)
- Regarder le film *La théorie du boxeur* de Nathanaël Coste ou *Tout est possible* de John Chester ou le documentaire *L'agriculture bio a-t-elle encore un avenir ?* sur Arte
- Parcourir la page « je m'informe » des [debatspourleclimat.fr](https://debatspourleclimat.fr)
- Me renseigner sur les labels bios
- Me renseigner sur les différents dispositifs de paniers solidaires et bio
- Regarder sur [www.qqf.fr](https://www.qqf.fr) l'infographie « l'assiette-idéale »

## J'expérimente

- Faire mes courses alimentaires une fois chez un magasin de producteurs ou un marché de produits locaux et tester les produits bio
- Cuisiner un repas entièrement avec des produits issus de l'agriculture biologique de saison
- Afficher sur son frigo un calendrier des fruits et légumes de saison
- Aller chercher des informations sur la sécurité sociale de l'alimentation
- Contribuer sur le site [debatspourleclimat.fr](https://debatspourleclimat.fr)

## Je change durablement

- Faire mes courses alimentaires dans des magasins bios pendant une semaine et observer si ça change mes pratiques alimentaires
- La semaine prochaine, acheter des produits à la fois bios et locaux
- M'inscrire à une AMAP (association de maintien de l'agriculture paysanne)
- Faire pousser des plantes aromatiques à partir de plants bios
- Rejoindre un jardin partagé ou aménager un potager dans mon jardin
- Devenir ambassadeur des débats pour le climat
- Devenir facilitateur de la fresque de l'alimentation durable

