

Dossier de Projet d'Initiative Citoyenne : dépôt de la demande PIC : "Cycle de rencontres " Santé-Alimentation" pour tous" Du 01/10/2020 Au 31/07/2021. Lieu de réalisation du projet : Sur le quartier Epeule/trichon et chez des producteurs locaux.  
Montant demandé : 1500 Euros.

## Dépôt d'une demande aux Projets d'Initiative Citoyenne

Dispositif financé avec le concours de la Région Hauts-de-France et de la Ville de Roubaix

Titre de votre projet

**Cycle de rencontres " Santé-Alimentation" pour tous**

Dossier n°

**2292494**

Porteur du projet

**Association : el'cagette Roubaix**

Date de réalisation du projet

**Du 01/10/2020 au 31/07/2021**

Lieu de réalisation du projet

**Sur le quartier Epeule/trichon et chez des producteurs locaux**

Objectifs de votre projet

**Objectifs :**

*Sensibiliser les personnes sur les bienfaits d'une alimentation vivante, locale et de saison.*

*Modifier les habitudes de nutrition pour aller vers un bien-être général;*

*Provoquer des rencontres entre producteurs/productrices et consommateurs*

*contribuer à une dynamique santé/alimentation sur le quartier*

*se rencontrer, créer des liens entre les habitants à travers ces questions*

Déroulement de votre projet

*En continuité d'une expérimentation positive cette année qui a montré les besoins et l'intérêt des publics à leurs choix alimentaires:*

*Des conférences/débats/ateliers chaque mois dans différents lieux des quartiers : Baraka, El Cagette, CS Nautilus, couvent des Clarisses,... et à deux moments différents ; l'après midi 14h-16h et en début de soirée 18h-20h*

*Des rencontres qui associent des producteurs locaux invités à parler de leurs pratiques et des modes de productions - Certaines rencontres pouvant se faire chez les producteurs l'après midi .*

*En cas de reconfinement, le projet pourra se dérouler en extérieur ou par visio conférence*

*Chaque second lundi du mois de septembre 2020 à juillet 2021, deux rendez vous sur l'alimentation santé de 14 à 16h et de 18h30 à 20h30.*

*Les dates :*

*14 sept : présentation générale + programme du cycle de rencontres.*

*12 octobre : les produits laitiers avec un producteur local*

*9 novembre : blé, farines, pains avec un producteur local*

*14 décembre 2020 : aromates, épices, herbes.*

*11 janvier 2021 : lactofermentation : un mode original de conservation des légumes.*

*8 février : patate douce, quinoa avec un producteur local*

*8 mars : le jeûne : ramadan, carême : comment se préparer ? quels bénéfices santé ?*

*12 avril : les légumes avec un producteur local*

*10 mai : les huiles avec un producteur local*

*14 juin : les produits de la ruche avec un producteur local*

*12 juillet : les produits de la mer.*

Public visé

*Publics : les habitants du quartier, les adhérents EL Cagette, les adhérents des centres sociaux, étudiant, personnes en précarité alimentaire,...*

Comment allez-vous faire connaître votre projet aux habitants de votre quartier ?

*Invitations papier/ face book, presse, invitation dans les structures, bouche à oreille ect... affichettes*

Résultats attendus

- une transformation progressive des modes de consommation ( plus de produits frais, locaux, de saison, moins de produits transformés, plus d'envie de cuisiner de faire soi même)*
- une meilleure connaissance des qualités nutritives et des bien faits des produits consommés*
- une meilleure maîtrise de ses choix alimentaires*
- des liens qui se créent entre les habitants à cette occasion*

Budget total du projet

**2 850€**

Montant demandé

**1 500€**