

À FOIX LE 4 JUIN 2020

# Invitation à la Matinale de la recherche du Drapps Occitanie

Opticourses : un programme pour conjuguer nutrition et budget au quotidien

Le Dispositif régional d'appui en prévention et promotion de la santé en Occitanie (DRAPPS), vous invite à participer à la Matinale de la recherche à Foix (09) le jeudi 4 juin 2020.

Les échanges se dérouleront entre 9h et 11h30 autour d'un petit-déjeuner à :

Au bar de l'Estive - Scène Nationale de Foix et de l'Ariège,  
20 Avenue du Général de Gaulle, 09000 Foix



Lorsqu'on a un petit budget à gérer, mieux connaître et apprécier les aliments de bonne qualité nutritionnelle et de bon prix pourrait donc faciliter l'atteinte de l'équilibre nutritionnel et lutter contre l'obésité. C'est l'hypothèse sur laquelle s'est basée Opticourses, un programme de promotion de la santé multipartenarial et participatif qui s'intéresse aux courses alimentaires, une activité quotidienne pour laquelle tout le monde est compétent. Opticourses, vise à armer les familles en précarité financière pour qu'elles parviennent à améliorer la qualité nutritionnelle de leurs achats alimentaires sans dépenser plus ([www.opticourses.fr](http://www.opticourses.fr)). Après avoir fait preuve de son efficacité, le programme Opticourses est maintenant en phase de déploiement en organisant la formation d'animateurs principalement en région PACA mais aussi dans d'autres régions.

Cet événement est GRATUIT ET OUVERT À TOUS

## Intervenant :

- **Mme Nicole DARMON**, Directrice de recherche à l'INRAE, UMR MOISA, Montpellier
- Une Conseillère en Economie Sociale et Familiale, Epicerie sociale et solidaire de Pamiers, gérée par l'Association Hérisson Bellor

## Inscription :

Inscription obligatoire via ce lien **avant le Jeudi 28 mai 2020** :

[Inscription à la matinale](#)

## Contact :

Arielle PICCININI : Tél : 07 69 44 65 59 - [apiccinini@ireps-occitanie.fr](mailto:apiccinini@ireps-occitanie.fr)

