



se déplacer

CONSOMMER

se nourrir

se loger

En équipe
pour faire bouger
son quotidien

défi
toit!

Le Défi Toit, une méthode d'animation d'écogestes de sobriété au quotidien du CPIE Vallée de l'Orne et de l'ADÉME.

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Liberté
Égalité
Fraternité



INSCRIPTION JUSQU'AU 19 NOVEMBRE

cpievdo.fr/defitoit

02 33 19 00 35

Prêt à défier vos habitudes lors d'un accompagnement vers un mode de vie plus **éc**oresponsable ?
Participez à cette aventure citoyenne de 6 mois, conviviale et gratuite !

Qui peut s'inscrire ?

Tous les habitants de la communauté d'agglomération Mont Saint-Michel - Normandie !

Étudiant, célibataire, en famille, en colocation, retraité, en appartement ou en maison...

Attention, nombre de places limité !



Comment s'inscrire ?

RDV sur le site internet **avant le 19 NOVEMBRE 2023**

Les 4 thématiques abordées : **cpievdo.fr/defitoit**



se loger

BAISSEZ VOS FACTURES !

10% de notre facture d'électricité est due à des **appareils en veille**



DES SOLUTIONS SIMPLES POUR MIEUX BOUGER !

70% des trajets domicile-travail se font **seuls en voiture**

se déplacer



se nourrir

COMMENT CHOISIR POUR MIEUX MANGER ?

Un fruit acheté **hors saison** utilise **15 fois plus** de pétrole que le même fruit produit localement



MOINS DE DÉCHETS, PLUS D'ÉCONOMIES !

573 kg de **déchets** sont produits chaque année par un Français

CONSOMMER

