



**LE GREEN FRIDAY,**  
C'EST L'ANTI-BLACK FRIDAY

REPRENONS LE POUVOIR DANS  
**NOS ASSIETTES**



---

Fédération Nationale d'Agriculture Biologique  
40 rue de Malte, 75011 Paris

[www.fnab.org](http://www.fnab.org)



# RESPECTER LES SAISONS

La SAISONNALITÉ c'est le rythme de production naturel d'un aliment. Manger de saison c'est faire travailler les **AGRICULTEURS ET AGRICULTRICES**

**LOCAUX** et privilégier le **champ à l'assiette** plutôt que les produits importés. C'est consommer des aliments frais dont la saveur est entière.

Une **FERME BIOLOGIQUE** emploie en moyenne **2 fois plus de main d'œuvre** qu'une ferme conventionnelle à surface égale.

## CRÉER DE L'EMPLOI

# PRÉSERVER LE VIVANT

L'absence totale de produits issus de la pétrochimie contribue à **préserver la BIODIVERSITÉ**, protéger la **RESSOURCE EN EAU** et la **VITALITÉ DES SOLS**. En travaillant **AVEC LE VIVANT**, l'agriculture biologique est plus résiliente face au **CHANGEMENT CLIMATIQUE**.

Les aliments sont de meilleure qualité et contiennent **223 fois MOINS de résidus de pesticides**, puisque ceux-ci sont strictement interdits par le cahier des charges biologique, de même que les OGM.

## PROTÉGER VOTRE SANTÉ

Les produits biologiques **NE SONT PAS FORCÉMENT PLUS CHERS** : vente à la ferme, magasins de producteurs, marchés, réduction du gaspillage, cuisine maison autant d'occasions de faire des **ÉCONOMIES** !

# UN À UNE AGRICULTURE BIO & LOCALE

Sources et pour aller plus loin : <http://bioetlocal.org/>  
FNAB, 40 rue de Malte - 75011 Paris, [www.fnab.org](http://www.fnab.org)

Pour nous, pour la planète,  
pour nos producteurs locaux  
**#BIO RÉFLEXE**

