



# Mois par mois Régale-toi !



**Recettes & astuces  
au fil des saisons**



LE GASPI  
N'EST PAS  
MON AMI !



Ce calendrier a été réalisé par l'Ecole des Consommateurs d'Aulnoy les Valenciennes en partenariat avec les groupes de Lourches, Tourcoing-Marlière, Carvin et du Bruaysis.

## L'Ecole des Consommateurs, un lieu de citoyenneté gratuit, ouvert à tous...

...et une école de vie

**pour permettre à chaque participant de :**

- mieux gérer sa vie au quotidien,
- repérer les bons interlocuteurs, les services compétents pour régler ses problèmes,
- transmettre ses savoirs, son expérience, ses trucs et astuces,
- communiquer afin de mieux s'intégrer au sein de son quartier, sa commune,
- mettre en place des projets personnels ou collectifs.

Ce dispositif original est implanté dans plus de 50 communes du Nord - Pas de Calais. Il représente 90 groupes d'habitants participants.

L'Ecole des Consommateurs d'Aulnoy-lez-Valenciennes est ouverte depuis avril 1997. Lieu d'information et d'écoute, elle permet aux participants d'aborder à leur demande des thèmes de la vie quotidienne pour mieux la maîtriser et chercher ensemble des solutions aux problèmes du quotidien. Elle leur permet également de sortir de l'isolement, de s'épanouir et de s'affirmer.

Elle est animée par l'Association ISI "Informer Soutenir Insérer" qui se définit comme un lieu d'échanges et d'animation sur la ville d'Aulnoy, en lien avec différents acteurs du territoire.

### Renseignements :

Association ISI  
 10 Résidence Les Marronniers  
 59300 Aulnoy-lez-Valenciennes  
 Tél. : 03.27.44.63.81  
 association.isi@wanadoo.fr

Les participants des Ecoles de Consommateurs de Louches, de Tourcoing-Marlière, de Carvin et du Bruaysis se sont associés à ceux d'Aulnoy-lez-Valenciennes pour la réalisation de ce calendrier.

### Informer Soutenir Insérer



Calendrier réalisé dans le cadre du projet européen GreenCook  
 Création : Reflets Vidéo  
 Reproduction interdite sans l'accord de la Région Nord - Pas de Calais

