



BIEN SE NOURRIR, UNE QUESTION DE BON GOÛT

Cycle d'animations scolaires sur l'alimentation saine
et durable destiné aux écoles et collèges

INTRODUCTION

Se nourrir fait partie de nos besoins vitaux et de nos préoccupations quotidiennes. Si l'acte de manger semble plutôt banal, il devient plus complexe lorsque se pose la question de la durabilité. Le projet d'animation "Bien se nourrir, un question de bon goût" sert à vulgariser les nouveaux enjeux de l'alimentation dans un contexte de changement climatique mais aussi sanitaire. Adapté du CE2 à la 5ème, ce projet est proposé sous forme d'un cycle de 3 interventions avec une séance au choix dont une sortie terrain possible (transport à la charge de l'établissement)

01 Objectifs généraux

- Sensibiliser les élèves aux problèmes de santé publique liés à nos habitudes alimentaires
- Faire découvrir en quoi une alimentation durable est une réponse concrète aux enjeux climatiques globaux, à l'érosion de la biodiversité et à la gestion raisonnée des ressources
- Concrétiser les Objectifs du Développement Durable : lutte contre la faim, agriculture durable, consommation et production durables, accès à l'eau et à la santé

Objectifs spécifiques 02

- Découvrir les nouvelles problématiques liées à l'agriculture et à l'eau dans un contexte de changement climatique
- Concrétiser comment préserver notre santé, nos ressources et notre qualité de vie par une alimentation saine et durable

03 Démarche proposée

Progression proposée en 3 séances, en classe et/ou sur le terrain.

- Séance 1 : Découvrir la complémentarité des groupes d'aliments pour une alimentation équilibrée - Identifier les différentes sources de protéines animales et végétales et leurs impacts sur l'environnement
- Séance 2 : Comprendre l'importance de consommer des aliments de qualité - Connaître la chaîne de production des aliments et Identifier les différentes sources de gaspillage alimentaire (Zoom sur le gaspillage à la maison)
- Séance 3 au choix : Rencontre avec un maraîcher (sur place ou en classe) ou Renforcement de connaissances sur l'alimentation responsable

04 NOTIONS

- ✓ Alimentation
- ✓ Gaspillage
- ✓ Climat
- ✓ Santé
- ✓ Pollutions
- ✓ Eau



05 CONTENU

- Apports de connaissances scientifiques
- Expérimentations en classe
- Ateliers pratiques
- Sorties terrain

✕ CONTACT

Écocène
julien.ferron@ecocene.fr
05 59 32 12 36

Ce projet est proposé gratuitement grâce au soutien de :