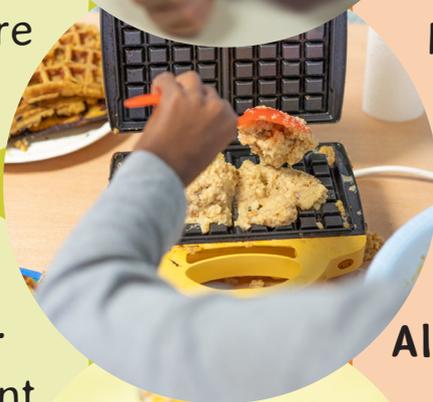


CATALOGUE d'animations



**Gaspillage
alimentaire**

**Agriculture
paysanne**



**Cuisiner
simplement**

**Alimentation
durable**



Qui sommes nous ?

Boc' à RÉCUP' souhaite créer plus de liens de la fourche à la fourchette, entre les paysan·nes et consommateur·rices dans une démarche écologique et respectueuse de chacun·e.

L'association veut questionner et sensibiliser le grand public aux circuits courts, au travail de paysan·ne·s, à l'alimentation biologique et équilibrée, au gaspillage alimentaire, etc. par la pratique de la cuisine et des ateliers d'animations amenant à la réflexion.

Nos approches pédagogiques

PRATIQUES

Cuisiner et échanger ensemble pour apprendre des gestes et astuces simples.

CONCEPTUELLES

Amener des réflexions sur le monde agricole et son lien avec l'alimentation.

LUDIQUES

Faire, réfléchir ensemble en s'amusant dans la convivialité

Sommaire

Animations à la carte

LES ENJEUX DU MONDE AGRICOLE.....

- Jeu de rôle, tous à vos semis ! 5
- De la ferme à l'assiette 6

L'ALIMENTATION DURABLE.....

- Mise en BOC' 7
- Gouter local et récup' 8
- Sur les chemins de nos alimentations 9
- Top chef local et récup' 10
- La fabrication de jus de pommes 11

Animations sur mesure

- Interventions ALIM' 13
- Expositions 0 déchets - 0 Gaspi 14



Animations à la carte

Nous réalisons des animations prêtes à l'emploi que nos animateur·rices peuvent moduler en fonction de l'environnement et des besoins.

Nous réalisons des devis sur mesure en fonction du nombre de participant·es, du nombre d'animation et de l'éloignement géographique. Compter entre 200 et 400€ la demi-journée.

Tous à vos semis !

Jeu de rôles
et échanges sur
les métiers de
l'agriculture et de
l'alimentaire.

OBJECTIFS

- Sensibiliser au fonctionnement du monde agricole
- Faire le lien entre les types d'agricultures et nos pratiques alimentaires

PRÉSENTATION

Chaque participant·e incarnera un personnage travaillant dans une des trois exploitations maraîchères. Les joueurs devront participer aux trois phases de production, vente et clôture de l'année, ponctuées d'événements et intempéries et devront agrémenter leur exploitation d'équipements agricoles. Le jeu se terminera avec un temps d'échange pour réfléchir et débattre collectivement !



1h50

Présentation : 15 minutes
Jeu et réflexion : 1h35



Public

À partir de 12 ans
À partir de 30 joueurs

3 animateurs

**Animation possible dans les lycées
et écoles agricoles (MFR).**

À la découverte
d'une exploitation
en production
végétale et d'une
cuisine en toute
simplicité

De la ferme à l'assiette

OBJECTIFS

- Découvrir le métier d'agriculteur·rices et le fonctionnement d'une ferme
- Apprendre à cuisiner, faire soi-même
- Sensibiliser à l'alimentation locale et de saison

PRÉSENTATION

Sur une exploitation agricole en production végétale le groupe découvrir son fonctionnement, le métier d'agriculteur, les choix réalisés pour faire semer, faire grandir, récolter et vendre les fruits et/ou légumes. En fonction des exploitations, cela pourra se faire par le biais d'une visite ou de petits jeux. Un moment de cuisine sera ensuite proposé avec la production de la ferme et des exploitations environnantes. Et pour finir : place à la dégustation !



2h30

Visite et jeu découverte de la
ferme : 1h

Cuisine et dégustation : 1h30



Public

À partir de 8 ans

Adapté à un public famille

2 Animateurs

Animation possible dans les
établissements médico-sociaux

Mise en BOC'

Pour une bonne conservation des aliments, apprenez la mise en bocal

OBJECTIFS

- Sensibiliser aux méthodes de conservation
- Apprendre à cuisiner et faire soi-même
- Donner des clés pour réduire le gaspillage alimentaire et les surplus

PRÉSENTATION

Le groupe pourra tester ses connaissances sur la conservation avec un quizz en équipe ! Puis tous et toutes aux fourneaux et place à la réalisation de bocaux à ramener chez soi : stérilisation, confiture, chutney, aigre-doux tout dépendra de la saison et des envies ! Cette animation peut aussi se faire sur une exploitation agricole en production végétale avec une visite de la ferme.



1h30 à 3h

Quizz : 30 minutes

Cuisine, mise en boc' : 1 à 2h

Visite de la ferme (option) : 1h



Public

À partir de 12 ans

2 Animateurs

Animation possible dans des maisons de quartier et centres sociaux.

Goûter local et récup'

Cuisiner simplement avec des produits sains, locaux, de saison et de récup'

OBJECTIFS

- Sensibiliser à l'alimentation saine, à l'agriculture de proximité et à la réduction des déchets alimentaires
- Apprendre à cuisiner, faire ensemble et faire soi-même avec précaution

PRÉSENTATION

Durant l'animation les enfants réaliseront par groupe un jeu pour retrouver les ingrédients de nos recettes et leurs provenances. Ils se lanceront ensuite dans la réalisation des recettes, généralement gaufres au pain sec et compote, mais qui peuvent évoluer en fonction des demandes et des surplus. Après la dégustation de nos préparations, nous terminerons par des devinettes ludiques sur le gaspillage alimentaire. Sur demande, nous pouvons réaliser cette animation avec une visite de ferme le matin.



2h30

Jeux et échanges : 30 minutes
Cuisine et dégustation : 2h00



Public

À partir de 6 ans
Adapté à un public famille

3 animateurs

**Animation possible pour des
scolaires en cycle 2, 3 et 4**

Sur les chemins de nos alimentations

Notre alimentation, les modes de productions agricoles et l'impact environnemental

OBJECTIFS

- Comprendre quelques liens de causes à effets entre les 3 thématiques
- Echanger avec les autres élèves et partager son point de vue
- Imaginer des solutions individuelles et collectives

PRÉSENTATION

Cette animation se base sur un jeu, avec des données scientifiques, plus ou moins poussées en fonction des niveaux, sur nos modèles agricoles et alimentaires. En petits groupes, les élèves devront lire des informations, répondre à des questions, créer des liens entre les différentes cartes pour illustrer les causes et les conséquences de l'alimentation et de l'agriculture. Une fois le jeu terminé, les participant-es partageront leur réalisation avec le reste de la classe, pourront exprimer ce qu'ils ont retenu et imagineront des solutions.



2h00

Temps de jeu : 1h30 minutes

Temps d'échange : 20 minutes



Public

À partir de 12 ans

2 animateurs

**Animation possible dans les lycées
et pour des scolaires en cycle 4**

Développe
en équipe
le meilleur
repas local et
de saison !

Top chef local et récup'

OBJECTIFS

- Apprendre à cuisiner, faire-ensemble et faire soi-même
- Développer l'esprit d'équipe, la coopération et la créativité
- Se questionner sur différents éléments d'une bonne alimentation

PRÉSENTATION

En équipe, imagine et réalise un repas à partir d'un thème. Il te faudra être créatif·ve mais aussi réfléchir à l'équilibre alimentaire, à la provenance des produits, à la gestion des déchets, etc. Es-tu prêt·e à réaliser un plat bon, esthétique, local et récup' ? A vos marques, prêt·es, partez !!

Cette animation peut aussi se faire suite à l'achat de produits sur un marché.



4h à 6h

Imaginer le repas : 30 minutes
Achat des produits (option) : 2h
Cuisine : 2h30
Dégustation et débrief : 1h



Public

À partir de 12 ans
Famille avec enfant à partir
de 5 ans

2 à 3 animateurs

Atelier fabrication de jus de pomme

La recette et la technique de la fabrication du jus pomme pour réduire vos surplus

OBJECTIFS

- Apprendre à cuisiner, faire-ensemble et faire soi-même
- Réduire le gaspillage alimentaire et les surplus du jardin par l'action collective

PRÉSENTATION

Découverte pas à pas du processus de fabrication de jus de pommes du ramassage à la dégustation !

Nous proposons aux participant-es de réaliser les différentes étapes d'un jus de pomme maison (à déguster immédiatement !) ; ramassage des pommes (cette étape peut être facultative), lavage et préparation, presse des pommes et dégustation. Cette animation peut également se coupler avec un atelier cuisine comme « Goûter local et récup' ».



2h30 à 6h30

Ramassage, cuisine : 2h à 6h

Dégustation, débrief : 30 minutes



Public

À partir de 6 ans

Famille avec enfant à partir de 6 ans

2 Animateurs



Animations sur mesure

Nous réalisons des animations à la demande ; elles sont conçues en fonction des besoins. Elles peuvent donc varier en terme de durée et de contenu.

Expositions

MOYENS D'ANIMATION

Sensibilisation
à l'écologie et
au gaspillage
alimentaire

- **FORMAT**

Supports visuels sur les thématiques du 0 déchet - 0 gaspi, saisonnalité, circuits-court

- **INTERVENTIONS POSSIBLES**

Pesée pédagogique, animation de l'exposition



Durée adaptable

Exposition possible sur une journée ou une semaine (à la demande)



Public

À partir de 11 ans

Animation possible dans des cantines scolaire (collèges, lycées)



Interventions ALIM'

Sensibilisation
à l'alimenta-
tion durable et
éducation au
goût

MOYENS D'ANIMATION

FORMATS

Intervention sur plusieurs thématiques

INTERVENTIONS POSSIBLES

- Enquête, pesée pédagogique, ateliers dégustation, réalisation d'une roue de la saisonnalité, conception de menus, loto des saveurs et des odeurs, etc.
- Possibilité d'intervention d'un·e diététicien·ne
- Possibilité de travail avec les cuisinier·ères



20 minutes à 1h30

Durée adaptable à la demande



Public

À partir de 4 ans

**Animation possible dans
des cantines scolaires**



Informations pratiques

Prévoir une grande salle avec un point d'eau
et des branchements électriques.

Pour les ateliers cuisine en milieu scolaire,
présence d'un accompagnateur pour 10
enfants en plus de l'enseignant.

Animations adaptables pour des
établissements médico-sociaux.

Nos animations vous intéressent ?
contact@bocarecup.fr

