ACTION

Expérimentation d’un programme d’animations multi-public de sensibilisation à une cuisine saine, bio et locale pour tous

Alimentation et Agriculture

Mise à jour de cette page :
29/01/2026

Personne contact

Camille
VILLAJOS
Chargée de projets alimentation durable
villajos@civamgard.fr
+33767796594

Adresse

FD CIVAM DU GARD
216 Chemin de Campagne
30250 Sommières
France

Consulter la carte des actions

Porteur

- **Fédération Départementale des CIVAM du Gard**
  30250 Sommières

Descriptif, résumé de l’action ou du projet d’ESE mené

Contexte

Les modes de vie et les habitudes alimentaires d'aujourd'hui ont progressivement éloigné une part grandissante de la population de l'acte de CUISINER. Or, en tant que consommateur, on entend de plus en plus souvent parler de l'impact négatif de certaines pratiques de consommation alimentaire à la fois sur notre santé mais également sur l'environnement. Les français sont toujours plus nombreux à vouloir modifier leur alimentation de manière plus durable mais aussi plus saine pour leur santé. Il est donc utile de sensibiliser les mangeurs sur l'importance d'une alimentation saine et de la pratique de la cuisine.

Une autre question préoccupe les familles : comment manger sain, bio et local en maitrisant son budget alimentaire ? La précarité alimentaire est en forte augmentation. Or, de nombreuses astuces permettent de mieux consommer sans dépenser plus et il est nécessaire de les diffuser largement.

Pour montrer que des changements sont possibles pour consommer plus durable et pour faire prendre conscience à tous des enjeux liés à l'alimentation (meilleure santé, protection de l'environnement, lien social, partage, etc.), **la FD CIVAM 30 a travaillé sur un programme d'animations pour sensibiliser un large public à ces questions d'alimentation et de retour en cuisine**. Ce programme d'animations s'est appuyé sur des contenus et ateliers inédits et sur des outils pédagogiques que nous développons depuis plusieurs années (livret « Cuisinez bio, local et autrement », expositions grand public, etc.)

Objectifs opérationnels

- Faciliter l'appropriation par les consommateurs des grands enjeux d'une alimentation plus saine et durable
- Proposer un programme d'actions touchant des publics variés et à fort enjeu (enfants, personnes en précarité)
- Proposer des animations pratiques et concrètes pour montrer que le changement de pratique est possible
- Contribuer à l'émergence ou au renforcement de dynamiques territoriales autour de l'alimentation durable

Programme d'action

- **Partie 1 : programme d'animations**
  - A1 : sensibilisation de mangeurs de la restauration hors domicile - Animation au restaurant inter-administratif de Nîmes autour de la diversité des céréales et légumineuses, des SIQO et d'un repas 100% local
  - A2-3 : sensibilisation de personnes en précarité au sein d'un

centre social - Animation de deux ateliers cuisine avec les publics du centre social Calade (Sommières) et du centre social Rives (Vauvert) - Sur le thème : « Cuisiner les légumes et légumineuses - Végétaliser son alimentation - Maitriser son budget »
    - A4 : sensibilisation d'enfants dans un établissement scolaire - Cycle d'animations auprès des 6èmes du collège de Bagnols sur Cèze : atelier cuisine, atelier jardinage, intervention en classe d'un apiculteur, exposition autour de l'alimentation, organisation d'une projection-débat
    - A5 : sensibilisation du grand public sur un marché - Animation grand public sur le marché de Villevieille pour sensibiliser à l'alimentation "autrement" et la cuisine végétale, avec un zoom sur la lactofermentation (dégustation, fiche recette, jeux)
    - A6 : sensibilisation au travers d'une projection-débat sur l'alimentation - Projection du film "La part des autres, l'accès de tous à une alimentation de qualité et durable" et témoignages d'acteurs locaux des solidarités alimentaires, suivi d'un débat sur la sécurité sociale de l'alimentation

- **Partie 2 : stratégie de diffusion du livret « cuisinez bio, local et autrement »**

Ce programme d'actions a été financé par la DRAAF Occitanie dans le cadre du PRSE 3 Occitanie.

Galerie

Crédit:	Crédit:	Crédit:	Crédit:
Auteur inconnu	Auteur inconnu	Auteur inconnu	Auteur inconnu
Licence:	**Licence:**	**Licence:**	**Licence:**
CC-by-SA	CC-by-SA	CC-by-SA	CC-by-SA

Les difficultés rencontrées et/ou les réussites à valoriser

Les réussites : la très bonne participation des publics aux différents actions, les retours des publics à l'issue de l'action notamment intérêt de découvrir la cuisine végétale, le développement de nouveaux partenariats autour des actions ou du livret "cuisinez bio, local et autrement"

Les difficultés : mobilisation du public sur l'action A3 (personne en situation de précarité), difficulté à mobiliser des publics masculins sur cette thématique alimentation

Fichier attaché

Télécharger le fichier CPlivetcuisinebio_compressed.pdf

Informations sur l'action

Publics/participants

— Tout public

Financeurs

— DRAAF Occitanie