

MANGER



CAMPAGNE 2019 : GUIDE DES ANIMATIONS

MANGER BIO & LOCAL C'EST BON POUR LE CLIMAT



SOMMAIRE



La Campagne Manger Bio et Local c'est l'idéal	1
Retour en images	2
La Charte des événements	3
Comment s'inscrire ?	4
Les outils	5
La boîte à idées	7
Atelier découverte ludique autour de l'agriculture bio.....	8
Atelier de bouturage.....	9
Parcours découverte à vélo	10
Rencontre Dégustation avec des acteurs du commerce équitable français	11
Cueillette de fruits.....	12
Exposition/Spectacle à la ferme.....	13
Atelier découverte sensorielle.....	14
Atelier artistique à la ferme.....	15
Atelier création de sac à vrac.....	16
Jeu devine la semence	17
Marché de Producteurs	18
Projection/Débat.....	19
Atelier cuisine.....	20
Découverte des plantes sauvages comestibles.....	21
Jeu décrypte les étiquettes.....	22
Nos contacts	23

La Campagne

Manger Bio et Local c'est l'idéal...



c'est...

Une campagne d'information pour sensibiliser aux enjeux de l'agriculture biologique et des circuits courts...

Mieux faire connaître les contributions positives de l'agriculture bio locale (emplois, protection de l'environnement et de la santé...) aux élus et aux citoyens...

Découvrir pourquoi et comment consommer des produits bio en circuits courts...

Eviter l'amalgame avec les produits non bio et locaux...

Un programme d'animations diversifiées : fermes ouvertes, conférences, animations sur les marchés et dans les magasins bio, ciné-débats, colloques, repas bio en restauration collective et commerciale...



Retour en images



2012



2013



DU 20 AU 28 SEPTEMBRE 2014
www.bioetlocalcestlideal.org

Région Provence-Alpes-Côte d'Azur Région Béarn Pyrénées-Atlantiques Agricole Bio Agro Béarn Agro Béarn Agro Béarn Agro Béarn Agro Béarn Agro Béarn

Initiée par CORABIO en 2007 (la Coordination Rhône-Alpes de l'Agriculture Biologique), cet événement est relayé depuis 2011 par les groupements régionaux et départementaux du réseau FNAB (Fédération Nationale d'Agriculture Biologique des régions de France).



www.bioetlocal.org

UNE CAMPAGNE DU RÉSEAU DES PRODUCTEURS BIO
+ FNAB +

AVEC LE SOUTIEN DE
+ biocoop +
COOPÉRATION UNIVERSELLE BIOLOGIQUE, AGRICULTURE BIENNALE

2015



www.bioetlocal.org

UNÉVÉNEMENTORGANISÉPARLE RÉSEAU FNAB

EN PARTENARIATAVEC

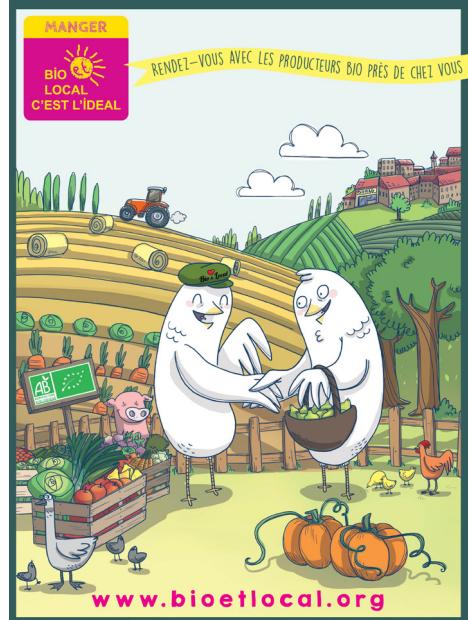
+ biocoop +

biofutur

bio

AB

2016



Une campagne organisée par le réseau FNAB

en partenariat avec

biocoop

bio

AB

www.bioetlocal.org

2017 et 2018

2



La Charte des événements

Pour inscrire un événement dans la campagne :

Toute action, doit être soumise au réseau FNAB en contactant le groupement des agriculteurs bio de votre département (GAB/GRAB). Notre objectif est de s'assurer de la cohérence de tous les événements et de l'adhésion de la part des partenaires aux valeurs de la campagne.

Les conditions :

- Un temps fort du 20 au 29 septembre 2019 et d'autres RDV programmés dans l'année seront proposés en région Provence-Alpes-Côte d'Azur. Si la structure organisatrice est un magasin, présence fortement souhaitée d'un agriculteur bio fournisseur du magasin.
- L'événement doit avoir un caractère de sensibilisation et/ou information sur l'agriculture bio et locale.
- La structure organisatrice doit démontrer son implication en faveur du bio et local au delà de la campagne (l'approvisionnement au moins partiel en bio et local pour un magasin par exemple).
- Remplir le formulaire d'inscription [en ligne](#).
- Utilisation du logo et du slogan «Manger Bio et Local, c'est l'idéal» : cocher et signer le document qui vous sera remis par le réseau FNAB et l'envoyer à la structure de votre département.
- Pour la promotion de l'événement, utiliser le visuel de la campagne mis à disposition par la FNAB.

Le réseau FNAB se réserve le droit de refuser tout événement pouvant être assimilé à une opération promotionnelle sans lien avec les objectifs et les valeurs définis ici.

Date limite des inscriptions :

- Avant le 16 septembre pour que l'événement soit référencé sur le site internet et figure dans la communication web autour de la campagne, ainsi que dans la communication vers les médias.

Communication :

- Des affiches de la campagne. Elles sont personnalisables grâce à un bandeau blanc en bas de page permettant d'annoncer chaque animation.
- Site internet de Campagne : bioetlocal.org
- Relations presse régionales

Responsabilité Légale :

L'organisateur de chaque événement est susceptible de voir engager sa responsabilité tant civile que pénale s'il n'a pas respecté les dispositions propres à l'organisation d'une manifestation ou en raison de la survenance d'un accident grave.

L'utilisation du label «Manger Bio et Local, c'est l'idéal» ne saurait par ailleurs engager la responsabilité du réseau FNAB pour tous les événements entrant dans ce cadre car il n'équivaut nullement à faire reconnaître la FNAB comme organisateur de l'ensemble des événements mis en œuvre par des personnes privées ou structures dans le cadre de cette campagne.

Comment s'inscrire ?



Étape 1 : Contactez votre Agribio départemental pour signer la charte des événements et l'engagement pour l'utilisation du logo.

Étape 2 : RDV sur le formulaire d'inscription d'animation en ligne : (cliquez sur l'image ci-dessous pour accéder au formulaire)



Étape 3 : Renseignez vos informations en respectant scrupuleusement les consignes.

Adresse (ne pas inscrire de Lieu Dit. Si votre animation se situe dans un Lieu Dit, indiquez uniquement le Code Postal et la commune merci)

255 chemin de la Caste

Étape 4 : Le réseau FNAB valide votre animation et enregistre vos informations

Étape 5 : Votre animation apparaît sur la carte régionale, vous pouvez finaliser la préparation de votre événement !

Chaque partenaire est partie prenante dans la communication, parlez-en autour de vous !

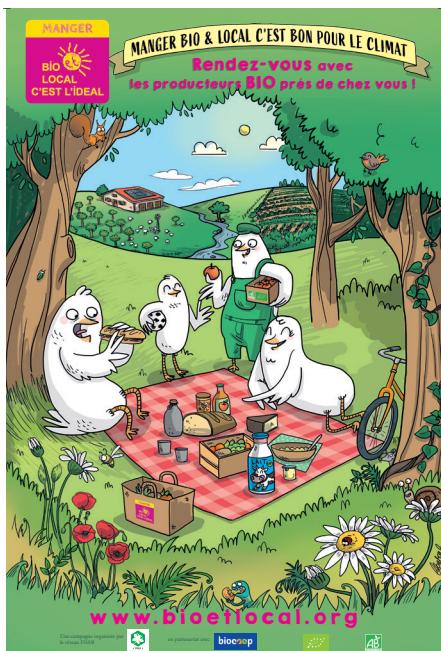


Les outils



Pour communiquer sur votre animation et la campagne :

Le réseau BIO de PACA vous met à disposition des affiches de la campagne pour annoncer votre animation, elles ont disponibles sur simple demande (et dans la limite des stocks disponibles) auprès de votre Agribio départemental



Affiche de la campagne 2019

avec bandeau personnalisable

Format ouvert 29,7 x 54,5 cm

Impression sur papier certifié PEFC, avec des encres végétales.

Affiches diffusées gratuitement aux porteurs d'animations, dans la limite des stocks disponibles !

Nous vous proposons également à la vente les outils de communication suivants pour valoriser la thématique «Manger Bio et Local c'est l'idéal» pendant la campagne. CLIQUEZ-ICI pour télécharger le BON DE COMMANDE et les tarifs !



Livret pour vos amis biosceptiques

Format : 20 x 10 cm (à l'italienne), 24 pages.
façonnage 1 piqûre à cheval.

Impression : quadri recto verso sur papier certifié PEFC, avec des encres végétales.

Une édition revue et augmentée en 2016 avec 4 pages supplémentaires pour déjouer de nouvelles idées reçues ! Cliquez-ici pour visualiser en ligne le livret dans sa version intégrale.

Vendus par lot de 25, 50, ou 100 exemplaires.



Les outils



Chevalet de table

Caractéristiques : PLV Chevalet sur Forex 3 mm

Format A4 – Fabriqués dans le Vaucluse

Impression: 1 face en 2 couleurs du logo « Bio et local c'est l'idéal » + Pied

Vente : à l'unité



Sachets kraft fruits et légumes

Caractéristiques : Sachets fruits et légumes kraft brun

Impression : recto en 3 couleurs : logo « Manger Bio et Local c'est l'Idéal » (rose et jaune) + logos Eurofeuille / AB en vert –

Verso : mentions « Résistant à l'humidité » et « Fabriqué en France »
Fabriqués dans les Alpes-de-Haute-Provence

1 taille : 2kg : 20 (largeur) x 6,5 (soufflet) x 31 (hauteur) cm

Epaisseur 45g/m² - Vente : emballés sous film par 1000 sacs



Sacs kraft avec anses

Caractéristiques : Sacs kraft avec anses torsadées - Volume : 10 litres, format 25 x 9 x 32 cm (vendu par paquet de 250 ex.).

Kraft écru lisse 110 gr - 100% recyclé. Fabriqués en France

Impression : 1 face avec le logo « Manger Bio et local c'est l'idéal »

Vente : par paquet de 250 exemplaires



Cabas en toile de jute

Caractéristiques : Modèle cabas en toile de jute, doublé intérieur plastique et 2 anses courtes en coton –

Fabriqués en Inde, sérigraphiés dans la Drôme

42 cm (longueur) x 18 cm (soufflet) x 35 cm (hauteur)

Impression : 1 face avec le logo « Manger Bio et local c'est l'idéal »

Vente : par lot de 10 cabas

La boîte à idées

Pour imaginer une animation à votre mesure, trouvez l'inspiration dans notre boîte à idées !

LÉGENDE

	Facile	Modéré	Difficile
Niveau de Difficulté :			
Budget :	Gratuit ou Presque 	Moins de 200 euros 	Plus de 200 euros 
Temps de Préparation :	Moins de 2 semaines 	Moins d'un mois 	Un mois ou plus 

Les outils nécessaires : Ce dont vous avez besoin pour préparer votre animation.

Nombre d'animateurs : Combien de personnes doivent être mobilisées pour animer la séance.

Les Indispensables : Ce qui est nécessaire au bon déroulement de votre animation.

Pour aller plus loin : Quelques idées pour donner un petit supplément d'âme à votre animation.

Ressource : Des idées de supports vous permettant d'alimenter votre animation.



BIO
LOCAL
C'EST L'IDEAL

ATELIER DÉCOUVERTE LUDIQUE AUTOUR DE L'AGRICULTURE BIO

Pour qui ? GRAND PUBLIC ENFANT



Par groupe de 6 à 10 enfants, vous organisez des ateliers ludiques dans le but de leur faire découvrir l'agriculture biologique.

A travers plusieurs petits jeux, vous abordez les grands thèmes de l'agriculture biologique et les sensibilisez à la protection de l'environnement, l'alimentation de saison, le bien-être animal, la labellisation bio...

Les outils nécessaires : Des supports visuels et de jeux pédagogiques sur la bio.

Nombre d'animateurs : Un par groupe de jeu.

Les Indispensables : un espace assez grand et confortable pour que l'activité se déroule dans les meilleures conditions.

Pour aller plus loin : Proposez aux enfants une dégustation découverte de produits d'un agriculteur local et prévoyez un goûter bio pour clôturer la séance.

Ressource : A titre d'exemple, La mallette LUDOBIO de l'association bio consom'acteurs se compose de cinq jeux sur les grands thème de la bio à découvrir dès 6 ans.

Le kit pédagogique de l'Agence Bio propose un large choix d'activités et de jeux sur la vie à la ferme biologique pour les enfants de 9 à 11 ans.

Plusieurs autres supports pédagogiques peuvent vous être fournis par les GAB/GRAB de votre région.



ATELIER DE BOUTURAGE

Pour qui ? GRAND PUBLIC ADULTE ET ENFANT



Par groupe de 10 personnes, vous organisez pour 45 minutes un atelier de bouturage au sein de votre structure (pépinière/ferme...)

Un animateur met à disposition le matériel nécessaire et apprend aux participants les techniques de bouturage des plantes. Après la pratique, les jardiniers en herbe emportent leur bouture pour l'admirer pousser et réitérer l'expérience chez eux.

Les outils nécessaires : Deux tables, des godets, des tiges de plantes, des ciseaux, de la terre, du sable et de l'eau.

Nombre d'animateurs : Un par groupe de 10 personnes.

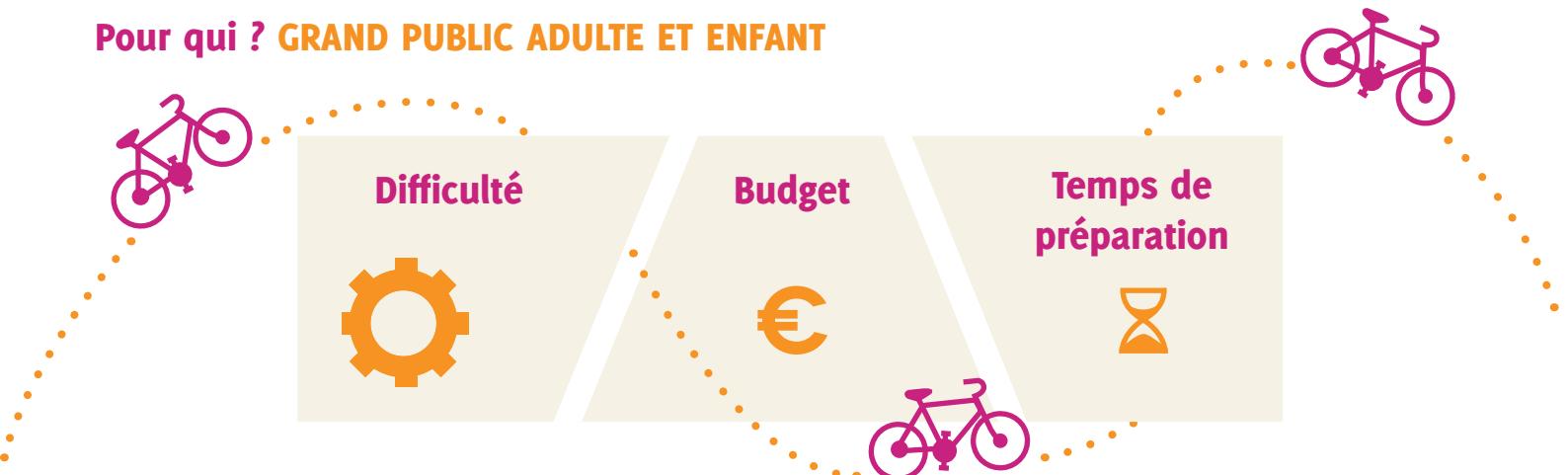
Les Indispensables : un espace suffisant pour installer tout le matériel.

Pour aller plus loin : Ajoutez une dimension botanique à votre animation en enseignant les qualités et bienfaits de chaque plante à vos participants.



PARCOURS DÉCOUVERTE À VÉLO

Pour qui ? GRAND PUBLIC ADULTE ET ENFANT



Afin de faire découvrir à vos consommateurs, les producteurs locaux qui fournissent votre magasin ou votre AMAP, organisez une balade allant de votre structure vers les exploitations voisines ! Invitez les participants à se munir de leur vélo, définissez un parcours qui sera encadré par des animateurs et partez à la découverte de l'agriculture bio locale. Arrivés à la ferme, les participants assistent à une visite guidée. Cette activité leur permet de mesurer l'acheminement des produits qu'ils achètent en magasin, découvrir l'organisation de la production et rencontrer les paysans.

Les outils nécessaires : Un vélo par participant (à fournir eux-mêmes dans l'idéal. Vous pouvez également vous renseigner sur les bonnes adresses de location de vélo près de chez vous !).
Nombre d'animateurs : 2 à 4 selon le nombre de participants.

Les Indispensables : Une piste cyclable ou un parcours peu fréquenté par les véhicules à moteur.

Pour aller plus loin : Mettez l'accent sur la convivialité en proposant un repas à la ferme, un pique-nique partagé ou une dégustation de produits.

Ressources : Trouvez une piste cyclable adaptée en vous rendant sur le site de [France Vélo Tourisme](#).



Votre région n'est pas propice à une balade à vélo ? Pas de panique ! Louez un car et transportez les participants de visite en visite.





RENCONTRE DÉGUSTATION

AVEC DES ACTEURS DU COMMERCE ÉQUITABLE FRANCAIS

Pour qui ? GRAND PUBLIC ADULTE



En magasin bio, vous organisez une rencontre-dégustation de 45 mn environ en invitant vos consommateurs à découvrir les démarches et les produits bio, issus du commerce équitable français. Les participants découvrent que le commerce équitable est une démarche solidaire qui existe aussi pour les producteurs français et peuvent déguster différents produits équitables issus de leur territoire.

Les outils nécessaires : Des produits bio issus du commerce équitable français. Par exemple :

- Des yaourts et fromages, des charcuteries, des fruits et légumes de la gamme « Ensemble solidaires avec les producteurs » de Biocoop.
- Des produits labellisés BIOPARTENAIRE® : Les sirops bio de *Maison Meneau*, les Pains de *Belledonne*, les tisanes de *l'Herbier de France*, les huiles *Emile Noël*, les Soya Party de *Soy*, etc.
- Des produits de terroirs de la gamme « *Paysans d'Ici* » de la SCOP Ethiquable : la crème de châtaigne d'Ardèche, des piments d'Espelette, des pruneaux d'Agen, etc.

Nombre d'animateurs : 1 animateur par label ou marque de produits équitables bio français.

Les indispensables : Choisissez des intervenants qui peuvent présenter leur démarche de commerce équitable français :

- Les gérants des magasins Biocoop ou groupements de producteurs de la section agricole de Biocoop pour présenter la démarche « Ensemble solidaires avec les producteurs » : retrouvez leurs coordonnées sur le site www.biocoop.fr
- Les entreprises et groupements de producteurs des filières françaises de BIOPARTENAIRE® : pour en savoir plus contactez Pierre Gaubert - pierre@biopartenaire.com
- Les groupements de producteurs des filières « *Paysans d'Ici* » d'Ethiquable : pour en savoir plus contactez info@ethiquable.coop
- Des bénévoles des associations citoyennes Bio'Consom'acteurs ou FAIR[e] un monde équitable : Pour en savoir plus, contacter Julie Potier - julie@bioconsomacteurs.org ou Elodie Nace - e.nace@faire-equitable.org

CUEILLETTE DE FRUITS

Pour qui ? GRAND PUBLIC ADULTE ET ENFANT



Invitez les consommateurs de vos produits à venir récolter eux-mêmes leurs fruits. Au milieu des vergers vous leur faites découvrir les fruits de saisons, leurs méthodes de production, leurs qualités gustatives et leurs bienfaits sur la santé. Les participants cueillent ensuite la quantité de fruits qu'ils désirent, pèsent leur récolte et vous rémunèrent à la fin de l'animation. Ils découvrent alors les fruits de saison, la vie dans les vergers et le travail d'agriculteur.



Les outils nécessaires : Des cagettes ou sacs permettant aux participants d'emporter leur récolte.

Nombre d'animateurs : Un animateur dans les vergers.

Les indispensables : Avoir des vergers en fruits au moment de l'animation.

Pour aller plus loin : Si vous possédez un pressoir, proposez une démonstration de fabrication de jus, faites déguster et vendez votre production.

Ressources : Utilisez les outils de communication de la campagne «Manger Bio et Local, c'est l'idéal» : sac kraft, cabas...

EXPOSITION / SPECTACLE À LA FERME

Pour qui ? GRAND PUBLIC ADULTE ET ENFANT



En partenariat avec un artiste local, faites de votre exploitation le décor de son exposition. Mettez à disposition de l'artiste un ou plusieurs espaces aménagés qui permettront au public de se promener et découvrir votre ferme par la même occasion. Vous pouvez aussi proposer à une troupe de spectacle vivant d'intervenir à des endroits clés de votre domaine pour convier les spectateurs à une visite dynamique et surprenante.

Les outils nécessaires : Des moyens d'affichages, des éléments de décors fournis par les artistes.

Nombre d'animateurs : Un par animation.

Les indispensables : Des espaces d'exposition ou d'animation assez grands et sécurisés.

Pour aller plus loin : Profitez-en pour faire découvrir vos produits en proposant un buffet, des dégustations, ou si vous le pouvez un repas-spectacle.



DÉCOUVERTE SENSORIELLE

Pour qui ? GRAND PUBLIC ADULTE ET ENFANT



Sur votre exploitation ou au sein de votre magasin, proposez une expérience sensorielle à vos visiteurs. En faisant appel à l'odorat, l'ouïe, le toucher et le goût des participants, vous leur faites découvrir des variétés différentes de produits bio locaux : fruits, légumes, céréales, fromages etc.

Cette expérience ludique surprendra les participants, en apportant une dimension nouvelle à la dégustation.



Les outils nécessaires : Différents produits, une table, des outils pour occulter les sens.

Nombre d'animateurs : Un animateur.

Les indispensables : Un espace calme, où tous les sens pourront être mis en éveil.

Pour aller plus loin : Réalisez vous-même vos outils sensoriels en matériaux recyclés. Par exemple :

Un masque > Nouez un long bandeau de tissu foncé sur les yeux des participants.

Une boîte à manipuler > Sur la face d'un carton, découpez un cercle assez large pour pouvoir y passer la main. Positionnez à l'intérieur un fruit ou un légume que les participant devront identifier par le toucher.

Une orgue à parfum > commencer par créer un support à deux étages avec des cartons ou des caisses en bois. Placez ensuite dans des petits bocaux, des échantillons de produits odorants (fromage, légumes ou fruits très parfumés, épices...). Avec du papier ou de la peinture, recouvrez le verre afin de ne pas voir l'intérieur du bocal. Percez le couvercle pour pouvoir sentir les produits. (Astuce : Afin de maintenir le plus longtemps possible les odeurs, recouvrez les couvercles percés avec un tissus entre chaque session d'animation) Rangez les bocaux sur votre support, de l'odeur la plus légère à la plus forte.

ATELIER ARTISTIQUE À LA FERME

Pour qui ? GRAND PUBLIC ADULTE ET ENFANT



Le temps de quelques heures, faites découvrir votre ferme aux visiteurs en leur proposant une activité artistique. Avec l'aide d'un animateur spécialisé, les participants récoltent des éléments naturels sur votre exploitation pour créer une composition écologique éphémère ou pérenne. Leur production peut prendre place dans le décor ou être assemblée de façon à ce qu'elle constitue un souvenir à emporter.

Au fil de la visite, la création s'enrichit pour devenir une œuvre unique, écologique et locale.

Les outils nécessaires : matériaux naturels, colle, corde, fil...

Nombre d'animateurs : Un animateur

Les indispensables : Faites-vous aider par un animateur spécialisé, un artiste ou un professeur d'arts plastiques.

Pour aller plus loin : Après l'animation, mettez en valeur vos produits en proposant aux artistes en herbe un goûter bio et local. Associez-vous à d'autres producteurs ou aux magasins bio locaux pour un moment gourmand plein de saveurs.



Atelier artistique sur la ferme de la Sittelle (50)



ATELIER CRÉATION DE SAC À VRAC

Pour qui ? GRAND PUBLIC ADULTE



Associez-vous avec l'animateur d'un groupe de couture local pour proposer un atelier de création de sac à course réutilisable. Faites une collecte de tissus ou proposez aux participants de ramener leurs propres vieux t-shirt fétiches, nappe, torchons, etc, pour leur donner une seconde vie. Votre animation va leur permettre de fabriquer un emballage écologique avec lequel ils pourront faire leurs achats de vrac, de pain ou de fruits et légumes.

Avant de clôturer l'animation, profitez-en pour sensibiliser les participants aux différentes manières de faire leurs courses sur le principe du zéro déchet.

Les outils nécessaires : tissus de récupération, ciseaux, fil, épingle, aiguilles, machine à coudre.

Nombre d'animateurs : 1 à 2 animateurs spécialisés en couture ou activités manuelles.

Les indispensables : Prévoyez plusieurs machines à coudre pour que l'activité soit dynamique et réussie.

Pour aller plus loin : Clôturez la séance par un goûter bio et équitable.

Ressources : Retrouvez le tutoriel facile du sac à vrac sur le blog [l'ère du zéro déchet](#).



Découvrez les alternatives aux emballages et plein d'astuces dans le livre [Famille Zéro Déchet](#) de Bénédicte Moret et Jérémie Pichon.

JEU DEVINE LA SEMENCE

Pour qui ? GRAND PUBLIC ADULTE ET ENFANT



Des bocaux de graines sont à la disposition des participants qui peuvent utiliser tous les moyens (visuels, tactiles, olfactifs, gustatifs) pour essayer de découvrir la plante qui se cache derrière chaque type de semence.

Les outils nécessaires : 1 table et différents bocaux remplis de graines.

Nombre d'animateurs : 1 animateur

Les indispensables : Bien connaître les semences exposées pour partager avec vos participants toutes les spécificités et les bienfaits de chaque plante.

Pour aller plus loin : Offrez aux participants un petit sachet de graines à planter.

Ressources : Faites appel au réseau Semences Paysannes pour vous informer au mieux et vous fournir en documentation et en graines.



MARCHÉ DE PRODUCTEURS

Pour qui ? GRAND PUBLIC ADULTE



Vous êtes une collectivité, ou une association et vous voulez dynamiser un espace public de votre ville ? Vous êtes des producteurs et vous aspirez à aller au contact de la population pour toucher une nouvelle clientèle ? Vous êtes un magasin Bio et vous voulez favoriser une rencontre entre vos fournisseurs locaux et leurs consommateurs ? Nous vous conseillons d'organiser à un endroit stratégique et pour le temps d'une journée ou une demi-journée, un petit marché de producteurs locaux. Assurez-vous de la diversité des produits et d'une animation dynamique pour que l'opération soit un succès : musique festive, dégustation de produits, démonstration...



Les outils nécessaires : Stand, pancartes, affiches, flyers, signalétique.

Nombre d'animateurs : 2 à 6 suivant les besoins (animations, sécurité, encadrement...)

Les indispensables : Un grand espace dans un lieu stratégique. Une communication efficace diffusée en amont, pour que l'événement soit un succès.

Pour aller plus loin : Proposez une tombola pour remporter un panier garni avec les produits des producteurs présents sur le marché.

Ressources : Utilisez les outils de communication de la campagne «Manger Bio et Local, c'est l'idéal» : sac kraft, cabas, panneaux...

PROJECTION/DEBAT



Pour qui ? GRAND PUBLIC ADULTE



Associez-vous à votre cinéma local pour diffuser un film et sensibiliser le public au sujet de l'agriculture biologique, de l'écologie ou du commerce équitable local. Un intervenant introduit le sujet et anime ensuite un débat dans le but d'informer, de créer des échanges et de faire évoluer les consciences.

Les outils nécessaires : Une salle de projection

Nombre d'animateurs : 1 animateur et plusieurs intervenants sur le sujet.

Les indispensables : Assurez-vous de disposer des droits de diffusion avant d'organiser votre projection.

Pour aller plus loin : Proposez dans la soirée un buffet de produits bio et locaux pour un moment convivial, favorable à l'échange et au partage.

Ressources : Des films engagés comme «La Face Bio De La République», «Le potager de mon Grand-Père», «Nouveau Monde», «Demain» «Zéro Phyto 100% Bio»...



ATELIER CUISINE

Pour qui ? GRAND PUBLIC ADULTE/ENFANT/EMPLOYÉ DE RESTAURATION COLLECTIVE



Au sein de vos cuisines, proposez à un petit groupe de participants, grand public ou professionnels de la restauration, de s'initier à la cuisine bio et de saison. Dans un premier temps, vous animez une session sensibilisation et découverte des saveurs bio, locales et équitables, avec les produits de vos fournisseurs régionaux.

Dans un second temps, vous invitez les participants à enfiler leur toque et leur tablier pour réaliser avec vous un menu bio local simple et savoureux. Selon la capacité d'accueil de votre structure, les participants peuvent déguster leur plat sur place, ou l'emporter chez eux.

Les outils nécessaires : Ustensiles de cuisine, ingrédients, produits locaux, tabliers.

Nombre d'animateurs : 1 cuisinier

Les indispensables : Une cuisine adaptée avec plusieurs tables de cuisson. Une salle de restaurant si les participants dégustent leur plat sur place.

Pour aller plus loin : Offrez aux participants un petit carnet de vos recettes saisonnières pour les inciter à cuisiner des produits bio locaux chez eux ou au sein de leur structure.

Ressources : Fournissez-vous en saisonniers, affiches et fiches produits à distribuer à vos participants. Voir les outils disponibles sur le site de l'[Agence Bio](#).



DÉCOUVERTE DES PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES

Pour qui ? GRAND PUBLIC ADULTES/ENFANTS



La flore environnante nous offre de multiples trésors culinaires insoupçonnés. En association avec un spécialiste, vous accombez les participants en pleine nature, pour une balade à la découverte des plantes sauvages comestibles. Au fil de la cueillette, le botaniste enseigne l'histoire et les vertues de chaque plante. Une fois la promenade terminée, place à un atelier de cuisine collective, où vous associez la récolte sauvage avec des produits bio et locaux pour créer un plat aux saveurs inédites que vous partagerez autour d'une table.

Les outils nécessaires : paniers ou sac kraft pour récolter les plantes.

Nombre d'animateurs : 1 spécialiste des plantes sauvages

Les indispensables : Un espace convivial pour cuisiner un repas collectif sur le pouce (salade, omelette...) et se retrouver pour le déjeuner/dîner.

Pour aller plus loin : Apportez un peu de magie à la journée en invitant un conteur d'histoires extraordinaires sur le thème de la botanique (fables écologiques, contes de sorcières, contes botaniques...).

Ressources : Le [Forum des Arts de la Parole](#) vous permet de trouver des conteurs/conteuses près de chez vous.

Découvrez des livres de contes sur la botanique et les plantes.



Conte botaniques Vagabondages champêtres
Didier Skorupa-Sylvain Leparoux - éd.Broché

Histoire d'Arbres
Edith Montelle-Philippe Domont - éd.Broché



JEU DÉCRYPTE LES ÉTIQUETTES

Pour qui ? GRAND PUBLIC ADULTES/ENFANTS



Apprenez aux consommateurs à décrypter ce qu'ils mangent. Dans un panier, mélangez des produits bio locaux équitables avec des produits issus de l'industrie agroalimentaire et invitez les participants à les examiner et les comparer. Initiez-les ensuite à la lecture des étiquettes pour leur permettre de comprendre d'où viennent les produits, comment sont-ils fabriqués et de quoi sont-ils composés. Ce décryptage leur permet d'établir deux catégories de produits : les potentiellement dangereux pour la santé et les inoffensifs.

Les outils nécessaires : Un panier garni d'un beau panel de produits. Une table spacieuse pour exposer le contenu du panier.

Nombre d'animateurs : 1 animateur connaissant le cahier des charges de l'agriculture bio.

Les indispensables : Chaque produit doit apparaître une fois en bio local équitable et une fois en conventionnel afin de pouvoir les comparer. Le panier doit être riche et varié pour que la comparaison soit significative.

Pour aller plus loin : Concrétisez l'apprentissage en proposant un quizz en fin de séance, sur les différences entre produits bio locaux équitables et produits conventionnels. Le gagnant remporte le contenu du panier bio local et équitable.

Ressource : Le guide « Additifs Alimentaires Danger » de Corinne Gouget vous permettra de présenter les produits par famille de couleur :

Les Rouges > Contiennent des additifs à éviter.

Les Oranges > Contiennent des additifs dont les rapports scientifiques sont contradictoires.

Les Verts > Contiennent des additifs considérés inoffensifs pour la santé.



Contacts



Fédération Nationale
d'Agriculture **BIOLOGIQUE**

La FNAB : un réseau, des valeurs, des Hommes.

Le réseau FNAB est à ce jour le premier réseau professionnel agricole spécialisé en agriculture biologique en France, avec 10.000 adhérents. En tant que réseau de proximité et de compétences, il se compose d'une fédération nationale, et de groupements régionaux et départementaux répartis sur le territoire.

www.fnab.org



Réseau **BIO** de
Provence • Alpes • Côte d'Azur

Bio de Provence-Alpes-Côte d'Azur : la Fédération Régionale de l'Agriculture Biologique membre du réseau FNAB

Notre réseau organise dans la région Provence-Alpes-Côte d'Azur des animations pour permettre à chacun (consommateurs, collectivités, cuisiniers...) de venir découvrir les avantages de la consommation de produits biologiques en circuits de proximité.

www.bio-provence.org

La campagne « Manger bio et local, c'est l'idéal » en région PACA est soutenue par :

