

Objectif de la journée

Sensibiliser aux enjeux globaux et locaux de notre alimentation, en prenant conscience de nos représentations, de nos comportements alimentaires et de leurs impacts environnementaux, économiques et sociaux.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la journée, les participant·es seront capables de :

- ✓ Identifier les représentations et déterminants de leurs choix alimentaires.
- ✓ Comprendre les liens entre alimentation, environnement et justice sociale.
- ✓ Mettre en perspective leur propre pratique alimentaire avec les enjeux globaux (climat, production, commerce Nord-Sud).
- ✓ Identifier des pistes d'action individuelles et collectives pour une alimentation plus durable.

Compétences et apprentissages visés

Les participant·es apprendront à :

- Exprimer leurs représentations de "l'alimentation de qualité" et les confronter à d'autres points de vue.
- Relier les pratiques alimentaires quotidiennes aux grands enjeux (santé, climat, inégalités, production agricole).
- Identifier les impacts des modes de production et de consommation sur le réchauffement climatique.
- Découvrir des outils d'animation participative (photolangage, jeu, cartes, débat, dégustation consciente).
- Formuler un plan d'action individuel ou collectif pour contribuer à une alimentation plus juste et durable.

Déroulé de la journée

- 9h00 – Accueil
- 9h15 – Brise-glace interconnaissance autour de l'objet que chacun·e aura apporté
- 9h45 – Photolangage « c'est quoi pour vous qui représente une alimentation de qualité ? »
- 10h20 – Jeu des légumineuses
- 11h40 – Constitution de repas / menu pour une journée
- 12h15 – Dégustation de produits locaux et repas partagé
- 13h15 – Energizer de reprise
- 13h30 – Visionnage d'un documentaire et débat sur la souveraineté alimentaire
- 14h15 – Identifier les impacts sociaux, économiques et environnementaux de notre alimentation aujourd'hui et définir le droit à l'alimentation
- 15h – Mises en perspectives de la journée sur des actions futures
- 16h15 – Bilan et clôture de la journée