

Développement durable

Les insatiables - Groupe SOS

Pour vous inscrire :



<https://lesinsatiables.org/>



contact@lesinsatiables.org



07 88 38 86 78

Les
INSATIABLES
GroupeSOS

Lieu où se déroule l'action :

Dans les établissements.

Objectifs :

- Sensibiliser les jeunes à une alimentation durable pour soi et la planète
- Transmettre des compétences pour choisir des aliments, cuisiner, diminuer les restes et gérer les déchets
- Découvrir de nouveaux aliments et pratiques de cuisine
- Donner des clefs aux jeunes pour devenir des consommateurs responsables

AlimenTaSanté : Alimentation Durable et Saine

Descriptif

AlimenTaSanté est un projet de sensibilisation ludique qui est mené auprès de 3 classes du même établissement et prévoit une demi-journée ainsi organisée :

- Une conférence participative de 1h30 animée par une diététicienne sur les thématiques suivantes : équilibre alimentaire, saisonnalité des produits, circuits courts, diversification des protéines et végétalisation des menus, conservation des aliments, dates de péremption, cuisine anti-gaspillage et zéro-déchets, compostage.
- Un tournoi de 1h30 où les classes s'affrontent au travers de 3 jeux abordant les thématiques suivantes : équilibre alimentaire, empreinte carbone de son alimentation, adaptation de son régime.

Format : Chaque classe est divisée en 3 groupes, les 3 jeux passent de groupe en groupe toutes les 30 minutes. Chaque groupe marque ses réponses dans un livret qui est ensuite utilisé pour le comptage des points par les animateurs. Les points sont cumulés par classe. La classe qui aura plus de points au total aura gagné le tournoi.

Récompense : La classe gagnante participe à un atelier de cuisine de 1h30 animé par un professionnel du réseau des Insatiables et organisé dans son établissement dans les jours suivants.

Public cible

A destination des élèves au sein des lycées franciliens tous niveaux, toutes filières.