



# Plein phare sur... L'alimentation durable

La newsletter sur les outils  
en Education et Promotion de la santé

## EDITO

Cette newsletter a pour objectif de vous informer sur les outils « Coups de cœur » repérés par le groupe « Outils » de l'IREPS Bretagne et disponibles dans vos centres de documentation.



Les mois de Janvier-Février-Mars sont consacrés à « **l'alimentation durable** ».

Selon l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO), l'alimentation durable est un concept émergent qui répond aux critères suivants :

- une alimentation accessible à tous, saine et équilibrée, répondant aux besoins nutritionnels humains ;
- un système qui préserve l'environnement, le climat, les sols, l'eau, la biodiversité ;
- une alimentation qui s'appuie sur des modes de production agricole durables, assurant un revenu équitable pour les producteurs, et préservant le tissu rural et le développement local.

Vous souhaitez mettre en œuvre des activités d'éducation au développement durable en lien avec l'alimentation durable ? Prenez rendez-vous dans le centre de documentation le plus proche de chez vous pour découvrir la sélection de ce début d'année!

## A VOS AGENDAS !

JANVIER - FEVRIER - MARS « Alimentation durable »	AVRIL - MAI - JUIN « Vie relationnelle affective et sexuelle »
SEPTEMBRE - OCTOBRE « Conduites addictives »	NOVEMBRE - DECEMBRE « Santé mentale, Bien-être »



## DANS CE NUMÉRO

A vos agendas .....	1
Nos coups de cœur ! .....	2
A découvrir en plus ! .....	3
Sites ressources .....	7
Vidéos .....	8
Pour aller plus loin .....	8



## « NOS COUPS DE COEUR »

**Objectifs de développement durable [Posters + dossier pédagogique].** Réseau Canopé, 2019.

Face aux bouleversements écologiques et sociaux mondiaux, une réponse a été proposée par l'ONU en sollicitant tous les acteurs du développement : en 2015, **17 objectifs pour transformer notre monde d'ici 2030** ont été proposés à tous les pays du monde.

Ces objectifs de développement durable sont un appel à l'action de tous ces pays – pauvres, riches et à revenu intermédiaire – afin de promouvoir la prospérité, tout en protégeant la planète.

Le kit ODD proposé par le réseau Canopé a été co-construit avec l'ONU et la fondation GoodPlanet de Yann Arthus Bertrand. Il permet d'introduire auprès du public les notions de développement durable, de découvrir les 17 objectifs en détails et leurs interdépendances.

Le kit ODD se constitue de 17 affiches et d'un [guide pédagogique](#) à destination du cycle 3, cycle 4 et du lycée.

Si vous souhaitez vous former au kit ou aux ODD, c'est [ici](#)

Pour obtenir des kits de posters, contactez l'Atelier Canopé de votre département.

**Public :** Enfant 7-11 ans, adolescent 11-14 ans

**Localisation :** IREPS 22, 29, 35, 56

**Pour aller plus loin :**

[-Pôle national de compétences Éducation au Développement Durable Canopé](#)

[-Sélection de vidéos qui illustrent l'état de la question](#)

*Les magnifiques affiches du kit ODD sont numérotées, construites autour d'une photographie d'artiste ainsi que d'un court texte illustrant l'ODD concerné. Le dossier pédagogique permet de faciliter leur utilisation en classe, en lien avec les programmes scolaires, autour de 4 thématiques favorisant ainsi une étude à la fois complète et simplifiée des enjeux qu'ils soulèvent sur: « Nourrir durablement une population croissante », mais également « Garantir une éducation de qualité pour toutes et tous », « Lutter contre le réchauffement climatique » et « Préserver la biodiversité de la planète ». A découvrir et à afficher!!!*

Groupe outils IREPS avec la collaboration de Chloé Prunet - Atelier Canopé 29



**Prendre soin de soi, des autres et de la terre : éduquer à la santé environnementale dans les établissements d'enseignement professionnel [Dossier pédagogique].** REEB (Réseau d'éducation à l'environnement en Bretagne), 2020.

Ce livret partage une expérimentation menée de 2018 à 2020 en Bretagne et coordonnée par le REEB, auprès de jeunes en formation professionnelle et peut servir d'outil pour composer son propre projet auprès d'élèves ou étudiants. Il contient notamment 12 fiches pédagogiques pour éduquer aux enjeux de santé-environnement.

**Public :** Tout public, professionnels

**Localisation :** IREPS 22, 29, 35, 56

*Parce que chacun fait sa part...ce guide méthodologique vous accompagne pas à pas pour mettre en œuvre des animations et activités auprès des jeunes lycéens. Les animations, qui utilisent des méthodes coopératives, permettent d'engager avec les jeunes une réflexion globale sur la santé environnementale. 4 grands objectifs sont déclinés avec différentes approches pédagogiques, belle ressource pour les enseignants de lycée.*

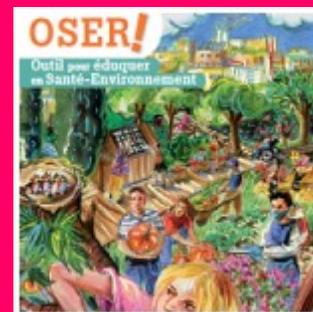
Groupe outils IREPS



**Oser! Outil pour éduquer en Santé environnement [Dossier pédagogique]** / Graine Occitanie. Montpellier : Graine Languedoc-Roussillon, 2016. 138 p.

Cet outil pédagogique s'inscrit dans le prolongement de la Charte pour une pédagogie partagée en santé-environnement en Languedoc-Roussillon signée en 2014. Conçu sous la forme d'un recueil, il fait le point sur l'état des connaissances du champ santé-environnement et zoome sur quelques grandes thématiques telles que l'agriculture, l'alimentation, le jardin et l'air. Il propose également des repères et conseils méthodologiques pour éduquer en Santé-Environnement, des trucs et astuces. Enfin il rassemble une vingtaine de fiches éducatives issues du terrain. L'ensemble a pour objectif de permettre aux professionnels de faire le lien entre leurs actions éducatives et le champ santé-environnement, d'enrichir leurs pratiques, d'explorer de nouveaux champs thématiques, de diversifier leurs publics, de développer de nouveaux partenariats, de se sentir plus à l'aise avec l'approche santé-environnement.

**Public : Tout public, professionnels**  
**Localisation : IREPS 22, 29, 35, 56**



*OSER ! est une ressource incontournable pour aborder les questions de santé-environnement ou développer des animations avec son public sur quelques grandes thématiques.*

*Nous aimons particulièrement le moteur de recherche qui permet de trouver des activités en fonction de l'âge du public, du thème et du temps disponible pour y travailler.*

*« Alors, osez-vous OSER! ? »*

*Groupe outils IREPS* ★★★★★

## A DÉCOUVRIR EN PLUS !

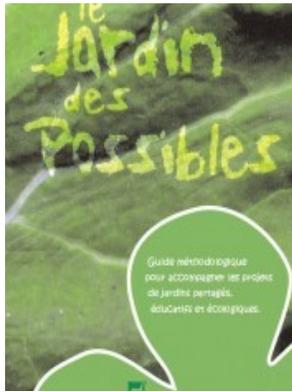
**L'alimentation responsable : guide pédagogique [Dossier pédagogique]** / COUDURIER Christine, LEFEVRE André, ARTALE Cécile, et al. Dijon : Alterre Bourgogne, 2008. Guide de 35 pages et 31 fiches pédagogiques.

Ce guide se compose d'une partie théorique consacrée à l'apport de connaissances sur le thème de l'alimentation responsable et ses enjeux et propose une série de fiches décrivant des activités pédagogiques mener auprès des élèves à partir du cycle 1 jusqu'au lycée.

[En ligne](#)

**Publics : Enfant 3-7 ans, enfant 7-11 ans, adolescent 11-14 ans , adolescent 14-18 ans**  
**Localisation : IREPS 22, 29, 35, 56**





**Publics : Professionnels**

**Localisation : IREPS 22, 29, 35, 56**



**Le jardin des possibles : guide méthodologique pour accompagner les projets de jardins partagés, éducatifs et écologiques [Fascicule]** / LE COZ Michaël, NAHMIAS Stéphane , LE GOFF Yvan. Montpellier : Réseau Ecole & nature, 2010. 130 p.

Ce guide s'adresse à tous ceux qui souhaitent mener un projet de jardin partagé : un groupe de jardiniers familiaux pour créer un jardin pédagogique accessible à des personnes handicapées, une association d'éducation à l'environnement, des groupes d'écoliers avec leurs enseignants, des adultes en formation, un maire dans un quartier sensible de sa ville, une équipe d'enseignants, un centre social... Il propose une aide, une ligne directrice pour guider la réflexion, les orientations et la mise en place de projets autour du concept de jardin partagé. Il est constitué de trois séries de fiches : repères méthodologiques, repères écologiques, repères pédagogiques.

En ligne sur : [http://jardins-partages.org/telechargezmoi\\_files/jardin\\_des\\_possibles.pdf](http://jardins-partages.org/telechargezmoi_files/jardin_des_possibles.pdf)



**Publics : Adolescent 11-14 ans, adolescent 14-18 ans, jeune adulte 18-25 ans**



**Escape game « De l'équi-libre à table » [jeu]** . KuriOz, 2020.

Quels sont les impacts de ma consommation ? Comment produire et consommer autrement ?

Développé par KuriOz, il s'agit d'un jeu collaboratif qui permet de s'interroger sur ces problématiques et de découvrir des alternatives à nos systèmes de production et de consommation.

Dans un premier temps, les participants incarnent des chefs d'Etats et experts pour étudier le système agricole et ses enjeux. Dans un second temps, ils explorent les alternatives possibles à toutes les étapes, de la production à la consommation. Enfin il y a une mise en commun où les chefs d'Etat et experts font un discours politique pour présenter leurs découvertes et initiatives aux autres équipes.

Jeu gratuit, fichier téléchargeable après commande. Pour plus d'informations, rendez-vous [ici](#).



**Publics : Enfant 7-11 ans, adolescent 11-14 ans**

**Localisation : IREPS 29, 56**



**Ludobio [Coffret pédagogique]**. Association Bio Consom'acteurs, 2015.

Les cinq jeux contenus dans la mallette Ludobio ont été conçus pour permettre de découvrir, dès l'âge de 6 ans, les spécificités de l'agriculture biologique de façon ludique, en abordant les questions de biodiversité, d'élevage, ainsi que des thématiques transverses comme l'équilibre alimentaire, le goût et la connaissance des aliments. Ludobio propose plusieurs approches de sensibilisation à l'agriculture et à l'alimentation bio, à partir de jeux de questions/réponses, jeu de l'oie ou de reconnaissance sensorielle. Un manuel d'utilisation détaillé complète l'ensemble pour permettre à l'animateur de transmettre les principaux messages clés et objectifs des jeux.

**Quiz'Inn : l'auberge du savoir alimentaire [Jeu]** / Lycée Jean Moulin, Saint-Brieuc, ADIJ 22 (Association Départementale Information Jeunesse des Côtes d'Armor), DRAAF (Direction Régionale de l'Alimentation de l'Agriculture et de la Forêt) de Bretagne, et al. Saint-Brieuc : ADIJ 22 (Association Départementale Information Jeunesse des Côtes d'Armor), 2014.

Ce jeu a été conçu pour aborder de manière ludique le sujet de l'alimentation avec des jeunes, à partir de 14 ans. Au travers de 6 thèmes (sécurité alimentaire, aspects culturels, sciences et savoirs, équilibre nutritionnel, habitudes et comportements, goûts et saveurs), il permet aux jeunes de développer leurs connaissances, de les sensibiliser à des questions de société autour de l'alimentation, et de questionner leurs représentations et perceptions de la nourriture. Le jeu est essentiellement composé de questions de connaissance rédigées par des professionnels à partir des interrogations de jeunes, des cartes "défis" (mimes, devinettes, dessins...) viennent ponctuer le déroulement du jeu, en apportant un côté ludique et de la dynamique au groupe. Le livret de l'animateur précise le matériel supplémentaire à prévoir pour les défis (chronomètre, tableau pour dessiner...). Il indique également des possibilités de variantes pour utiliser le jeu de manière plus ciblée et/ou dans la durée.



**Le jeu de la ficelle. Un outil pour déjouer votre assiette [Jeu] !** / CAUCHY D., Quinoa, Rencontre des Continents, et al. Bruxelles [Belgique] : Quinoa, 2009.

Destiné à un large public (enfants à partir de 10 ans, élèves du secondaire, étudiants, adultes...), ce jeu de la ficelle est un outil qui permet, à partir de la thématique de l'alimentation, de visualiser et de modéliser les liens entre notre consommation alimentaire, les éléments qui déterminent notre mode de consommation et les impacts de nos choix de consommation. Ces liens entre nos choix de consommation et leurs implications sur l'environnement, la santé ou la sphère socio-économique, sont représentés par une ficelle reliant les différents acteurs en implication. L'outil comprend un classeur pratique offrant différents supports pour animer le jeu : 35 cartes d'identité à jouer avec les participants, chaque carte introduisant un sujet (Je suis votre supermarché préféré, Je suis la publicité, Je suis le poisson de mer...) ; 21 fiches thématiques contenant des informations sur les sujets abordés par les cartes d'identité et le jeu en général ; 30 cartes d'identité à jouer avec les 10-14 ans (Je suis une crevette de Madagascar, je suis un grain de riz, je suis le climat...) ; des ressources complémentaires.

Depuis 2014, le jeu de la ficelle est en ligne. L'objectif est de partager une multitude d'adaptations (adaptations thématiques: viande, lait, financière, compost, gaz de schiste, etc.), de modifications et d'améliorations imaginées par des personnes qui ont suivi l'une des nombreuses formations à l'utilisation de cet outil.



En ligne : [ici](#).

Vidéo retraçant le projet de sensibilisation à l'écocitoyenneté et à l'alimentation durable mené au collège de la CSI à Lyon 7e auprès de deux classes de 4e en 2019 : [ici](#)



**Publics : Adolescent 14-18 ans, jeune adulte 18-25 ans**

**Localisation : IIREPS 22, 29, 35, 56**



**Publics : Enfant 7-11 ans, adolescent 11-14 ans, adolescent 14-18 ans, jeune adulte 18-25 ans, adulte**



**Défi alimentation durable : animer des activités sur l'alimentation durable avec ses publics. Clés méthodologiques et outils pratiques** [Dossier pédagogique] / Charleroi [Belgique] : Espace environnement, 2017. 138 p.

Ce kit d'animation est à destination des animateurs socio-culturels qui souhaitent aborder la thématique de l'alimentation durable avec leurs publics. Un des objectifs est de donner des ressources et éléments méthodologiques aux animateurs afin qu'ils puissent lancer un « Défi Alimentation Durable » avec des groupes qu'ils accompagnent. Il présente également quelques notions clés liées à l'alimentation durable : enjeux de l'alimentation, déterminants socio-culturels, agriculture biologique ou conventionnelle, avec ou sans viande ? Il propose une série de 10 activités qui peuvent être organisées dans le cadre du Défi : organiser un atelier cuisine, sensibiliser au gaspillage alimentaire, organiser des activités autour d'un jardin partagé, découvrir les légumes secs et les céréales complètes. Réduire sa consommation de viande, organiser un atelier de conservation des aliments, organiser un "bar à eaux" pour sensibiliser son public à l'eau du robinet, découvrir les plantes sauvages comestibles, décrypter les étiquettes et labels, déjouer les pièges du marketing, susciter l'envie de rejoindre une initiative collective ou d'en créer une, apprendre à fabriquer son pain. Il référence également des animations et outils existants en éducation à l'alimentation. En complément, on peut retrouver sur le site : le journal de bord du projet (portfolio des ateliers, profil des ménages engagés dans le 1er défi, charte d'engagement, questionnaires, etc.) ainsi que le documentaire de 27 minutes « Le durable au menu » qui pourra sensibiliser à l'alimentation durable.

En ligne sur : <http://www.defialimentationwallonie.be/Kit-d-animation-a-l-alimentation.html>

**Publics : Adultes, professionnels**  
**Localisation : IREPS 22, 29, 35, 56**

**Bien s'alimenter et respecter l'environnement** / ADDE S., Editions du Retz, 2013. 61 p.

En réponse à une forte demande sur ce sujet dès la maternelle, cet ouvrage aborde la question de l'équilibre et du gaspillage alimentaires à laquelle les jeunes enfants sont particulièrement sensibilisés. Le projet Bien s'alimenter et respecter l'environnement se décompose en plusieurs temps : un temps pour comprendre la nécessité de manger de tout ; un temps pour découvrir la saisonnalité des fruits ; un temps pour sensibiliser aux déchets produits ; un temps pour échanger et communiquer ; un temps pour évaluer. Le CD-Rom contient toutes les ressources nécessaires à la mise en œuvre du projet : une histoire en couleurs créée par l'auteure, une centaine de photos couleur d'aliments et d'objets recyclables/recyclés, des dessins, des documents pour les élèves (imagier des fruits, plateau de jeu, marelle alimentaire à compléter...). [Résumé éditeur].

**Publics : Adolescent 14-18 ans, jeune adulte 18-25 ans**  
**Localisation : IREPS 22, 29**



**Un enjeu planétaire : l'alimentation durable.** ADEME (Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie), 09/2018. .

Cette exposition met en évidence les enjeux de l'alimentation au niveau planétaire qui sont aussi des leviers d'actions pour tendre vers plus de durabilité. Par ailleurs, elle met en lumière le fait que les citoyens peuvent agir en faisant des choix pour leur alimentation. Cet outil présente aussi les avantages du végétal, véritable atout pour l'environnement. Enfin, l'exposition donne les chiffres du gaspillage alimentaire et des différents gaspillages qui existent lors de chaque étape de la filière. L'exposition se compose de 4 panneaux :

- Les enjeux planétaires, vers une alimentation durable
- Ensemble, soutenons les filières responsables de demain
- Diversifions notre régime alimentaire, le végétal c'est pas si mal !
- Ça suffit le gâchis, ça déborde !

L'exposition est accompagnée de 4 fiches pédagogiques qui présentent les messages clés, les objectifs pédagogiques, le lien avec les programmes scolaires et des pistes d'animation en classe (quizz).

En ligne sur : <https://www.ademe.fr/enjeu-planetaire-lalimentation-durable>



## SITES RESSOURCES

### Ministère de l'agriculture et de l'alimentation

Le portail du ministère de l'agriculture et de l'alimentation propose des informations et repères autour des 4 thématiques suivantes : "Productions & filières", "Alimentation", "Enseignement & recherche", "Ministère".

Vous y trouverez, par exemple, l'article intitulé « [Expérimentation du menu végétarien en restauration scolaire : des recettes pour accompagner les cuisiniers](#) ».

En ligne : <https://agriculture.gouv.fr>

### OPTIGEDE de l'ADEME (Agence de la transition écologique)

L'ADEME propose le site « OPTIGEDE ». Destinée aux collectivités et aux entreprises, il s'agit d'une plateforme d'échanges et de diffusion d'outils et retours d'expérience sur l'économie circulaire et les déchets.

Une rubrique « Alimentation et gaspillage en restauration » est directement accessible sur : <https://www.optigede.ademe.fr/alimentation-durable>

### REEB- Réseau d'éducation à l'environnement en Bretagne

Le REEB met à disposition des acteurs les ressources utiles à la pratique de l'éducation à l'environnement et au développement durable (EEDD). Il assure également une veille et diffuse les informations concernant l'EEDD, mutualise des projets, conseille, apporte un appui aux porteurs de projets et représente l'EEDD lors d'événements régionaux.

En ligne : <http://www.reeb.asso.fr>



**Publics :** Enfant 7-11 ans, enfant 7-11 ans, adolescent 11-14 ans

**Localisation :** IREPS 22, 29, 35, 56

La Maison de la Consommation et de l'Environnement (MCE) vous propose de vous abonner à la newsletter bimestrielle du Pôle ressources Alimentation.

Découvrez l'actualité, en Ile-et-Vilaine, de celles et ceux qui informent et accompagnent la transition alimentaire.

Abonnement : [ici](#)

## GROUPE « OUTILS » DE L'IREPS BRETAGNE

L'IREPS Bretagne a décidé d'améliorer ses services et son conseil dans le choix des outils adaptés aux besoins de ses usagers en s'appuyant sur l'expertise du groupe « Outils », constitué de chargés de projet et de documentalistes/chargées de diff. des départements 29 et 56.

-Une sélection d'outils « Coups de cœur » est valorisée dans les centres de documentation et au travers des newsletters « Plein phare sur... »

-Des avis sur les outils formulés par les chargés de projet de l'IREPS Bretagne ainsi que que les emprunteurs des centres de documentation sont consultables sur les portails documentaires. Ils prennent la forme d'un commentaire sur les conseils d'utilisation, les points forts, les points de vigilance, etc.

-Des ateliers de découverte outils :

- À Auray : le 13/10/2022

- À Quimper : le 20/10/2022

Et très prochainement sur les autres départements.

IREPS Bretagne et ses antennes

4A, rue du Bignon  
35000 Rennes

2 rue Alexander Fleming -  
Impasse des Villes Hervé  
22190 Plérin

9-11, rue de l'Île d'Houat  
29000 Quimper

24, rue Colonel Faure  
56400 Auray

Email : [contact@irepsbretagne.fr](mailto:contact@irepsbretagne.fr)

Site internet :

<https://irepsbretagne.fr>



## VIDÉOS



**2 minutes tout compris - Alimentation, santé et environnement.** eSET Bourgogne-Franche-Comté, 2014.

2 minutes pour découvrir l'influence de notre alimentation sur notre santé et notre environnement.

En ligne sur : <https://www.youtube.com/watch?v=CAJ-38GCwUs>

## POUR ALLER PLUS LOIN

Si vous souhaitez élargir votre recherche sur cette thématique, nous vous invitons à vous rendre sur le dossier ressources accessible à partir du portail Infodoc en promotion de la santé Bretagne : <https://doc-promotionsantebretagne.fr>

### L'alimentation et l'activité physique : des recommandations et actions adaptées aux publics



### La santé environnementale : du concept à l'action



Ces dossiers, disponibles dans la rubrique « Je fais le point sur... », ont été produits par les documentalistes de l'IREPS Bretagne pour faciliter votre recherche et vous fournir des informations sélectionnées et structurées sur le sujet.

### Comité de rédaction :

Maud Begnic / Alexandrine Gandon (IREPS 56)  
[contact56@irepsbretagne.fr](mailto:contact56@irepsbretagne.fr)

Lucie Rigaudière/Flora Carles-Onno (IREPS 29)  
[contact29@irepsbretagne.fr](mailto:contact29@irepsbretagne.fr)

Chloé Prunet (Atelier Canopé 29)