



• GAB 44 •

Les Agriculteurs Bio de Loire-Atlantique



L'ALIMENTATION AU
CŒUR DES MISSIONS DE
SANTÉ ET BIEN-ÊTRE



**GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT DES
ETABLISSEMENTS DE SANTÉ VERS UNE
ALIMENTATION DURABLE BIO ET LOCALE**

EN LIEN AVEC LA PRÉSERVATION DE LA SANTÉ ET DE L'ENVIRONNEMENT



POURQUOI CE GUIDE ?

L'alimentation est un rituel quotidien dans vos établissements qui peut être vecteur de bien être, de convivialité et de santé. Parce que la dénutrition peut être prévenue par le plaisir de manger : il nous semble essentiel de lui donner la place qu'elle mérite !

Préserver sa santé, œuvrer pour le respect de l'environnement, améliorer ses pratiques durables, impulser une dynamique dans son établissement sur l'alimentation, répondre à une attente de ses convives sur une alimentation saine, de qualité et locale, répondre à la loi EGAlim¹ ... Votre démarche peut être initiée pour divers motifs.

Ce guide s'adresse à tout établissement de santé qui souhaite enrichir sa démarche sur l'alimentation en lien avec la santé et l'environnement. L'expérience nous montre que pour pérenniser un tel projet, il est important de l'inscrire dans un projet d'établissement et d'impliquer les différents acteurs de votre structure (cuisine, encadrant, responsables de service...). Selon l'avancement de votre démarche, vos objectifs et votre organisation, nous pouvons vous proposer un accompagnement adapté dont les composantes sont détaillées dans ce guide.



LE GROUPEMENT DES AGRICULTEURS BIOLOGIQUE DE LOIRE ATLANTIQUE ET L'ALIMENTATION, UNE HISTOIRE QUI DURE DEPUIS PLUS DE 20 ANS !

Notre groupement existe depuis 1990 et a pour mission première de développer l'agriculture biologique sur le département de la Loire Atlantique, nous regroupons plus de 620 fermes bio adhérentes. Depuis plus de 20 ans, le GAB44 accompagne la restauration collective et le grand public pour accéder à une alimentation de qualité tout en respectant son budget.



UN RÉSEAU BIO NATIONAL À L'ÉCOUTE DES TERRITOIRES

Les GAB participent au dynamisme des réseaux nationaux et régionaux pour une diffusion des actions et un partage d'expérience :

Ce réseau de producteurs, nous permet de défendre un modèle agricole local, durable et équitable répondant à la demande actuelle.

¹ Loi pour « l'équilibre des relations commerciales dans le secteur agricole et une alimentation saine, durable et accessible à tous » dite loi EGAlim

UN SOUTIEN FINANCIER POUR LES ÉTABLISSEMENTS DE SANTÉ



Le plan régional santé environnement (PRSE) vise à répondre aux enjeux de préservation de l'environnement et de la santé des Ligériens. A travers ce dispositif, la DRAAF et la DREAL financent une partie de l'accompagnement par le GAB44 des établissements de santé.

Nous sommes un organisme de formation certifié datadock, les formations proposées peuvent donc être prises en charge par votre organisme collecteur (OPCA) pour la formation de vos salariés.



Nous pouvons aussi vous accompagner pour répondre à des demandes de financements que vous pourriez solliciter. (Appel à projet, financement de collectivités ou organisations...)



*Pour plus d'informations, contactez
Fanny CARON - bioaccessibilite@gab44.org- 06 20 65 73 71
C'est le moment de vous lancer !*

La loi EGalim, quelles obligations à venir ?

Elle vise à rétablir l'équilibre des relations commerciales producteurs-grande distribution et rendre accessible une alimentation saine et durable pour tous les consommateurs. Cette loi du 30 Octobre 2018 prévoit un ensemble de mesures concernant notamment la restauration collective qui constitue un levier d'action essentiel du nouveau Plan National pour l'alimentation.

Depuis Avril 2019, des décrets rendent obligatoires les dispositions suivantes pour les établissements de santé, sociaux et médico-sociaux publics et privés :

Mesure	Echéance
Au moins 50% de produits de qualité et durables dont au moins 20% de produits biologiques dans les approvisionnements. (valeur d'achat)	1^{er} Janvier 2022



Il n'existe pas de logo officiel pour les produits bénéficiant de la mention « fermier » ou « produits de la ferme »

Seuls les produits pour lesquels il existe une définition réglementaire des conditions de production entrent dans le décompte des 50%. A ce jour, en France, cela concerne les œufs et les fromages fermiers (y compris les fromages blancs).

Information obligatoire des convives une fois par an de cette part d'aliments de qualité et durables.	1^{er} Janvier 2022
Plan pluriannuel de diversification des sources de protéines incluant des alternatives à base de protéines végétales. Si < 200 couverts/jour	30 Octobre 2018
Interdiction des ustensiles en plastique à usage unique	1^{er} Janvier 2020
Diagnostic et démarches de lutte contre le gaspillage alimentaire	22 Octobre 2020
Interdiction de rendre impropre à la consommation les excédents alimentaires encore consommables	1^{er} Janvier 2020
Proposition de convention de dons aux associations habilitées Si >3000 repas préparés/jour	22 Octobre 2020

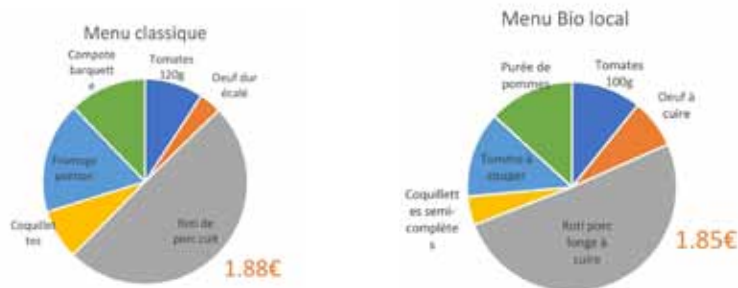
LIMITER LE COUT DE LA DÉPOLLUTION SUPPORTÉ PAR TOUS

L'agriculture Bio est la plus contrôlée en France (au moins une fois par an) et elle garantit le respect d'un cahier des charges qui interdit l'utilisation de produits chimiques de synthèse qui altèrent la qualité de l'eau et de l'air. Par exemple, à Munich, le développement de la Bio autour des captages revient **27 fois moins cher** que les coûts estimés de dénitrification¹.

PRÉSERVER LA SANTÉ DE VOS CONVIVES

C'est prouvé², une part de consommation de produits bio plus élevée dans le régime est associée à **une probabilité plus faible de présenter des troubles de santé** (cholestérol, pression artérielle/ glycémie ou triglycérides élevées, obésité abdominales), notamment lorsque la part de produits végétaux bio augmentent. Les produits biologiques se distinguent par des teneurs plus élevées en composants bénéfiques : plus de matière sèche, de vitamine C et d'anti-oxydants, d'Oméga 3...

COMPARATIF D'UN MENU TYPE APPORTANT LES MÊMES APPORTS NUTRITIONNELS RECOMMANDÉS³



Une viande fermière Bio en cuisson basse température perd en moyenne **30 à 40% moins de poids** qu'une viande conventionnelle en cuisson classique⁴.

¹ Introduire des produits bio et locaux en restauration collective, FNAB

² Etude BioNutrinet <https://bionutrinet.etude-nutrinet-sante.fr/>

³ Etude menée par Manger Bio 44 comparant deux menus répondant aux mêmes exigences nutritionnelles

⁴ L'A à Z du plat protéique durable, mairie de Paris, 2016



• CAR 20 •

Les sources d'éco

Carottes râpées

- 1 Produits localement et donc de saison
 - 2 Achetés en circuits courts
 - 3 Préparées sur place, juste broyées (on bio pas besoin d'épluchage) = moins de déchets
 - 4 Assaisonnées avec une vinaigrette maison
 - 5 6 Choissies en « sélectionner » avec d'autres crus/ées de saison = quantités adaptées donc moins de gaspillage
 - 7 8 Suppression des tarquetties
- Ex : 50 000 € d'achats/ées à la cuisine centrale de Charlotte-Bonheur (18)

Légende

- 1 Impact sur dépenses alimentaires
- 2 Impact sur dépenses non alimentaires

Agri
dévelop
facto

Pain

- 1 Semi-complet = plus rassurant
 - 2 Tranché et disposé en bout de table avec possibilité de se ressourcer = moins de gaspillage
- Ex : pertes diminuées de 70 % sur le pain au lycée des Sardines à Bourg-en-Bresse (21)

Plat principal

- 1 Céréales bio complètes ou semi-complètes = plus nourrissantes que les céréales raffinées (on peut donc baisser les grammages)
 - 2 Viande bio = viande faite à la cuisine car plus saine et moins riche en matières sèches
- Ex : les maîtres de pain bio ont des rendements de cuisson supérieurs en moyenne de plus de + 10 % par rapport aux cuisines conventionnelles
- 3 4 Légumes lents = meilleur rendement matière, incorporés d'origines
- Ex : le CDS de Côté (28) mesure des rendements de 30 à 50 % supérieurs en cuisine basse température
- 5 Diversification des apports protéiques pour ne pas dépasser les recommandations du GEMECN, en redonnant une place aux protéines végétales
- Ex : 3 g de lentilles = 20 g de légumineuses cuites = 1 tranche de pain = 2 tranches de jambon (40 g) = 1 portion de fromage (30 g)

Illustration : Agence de communication visuelle

Culture bio
pée, qualité de
préférée !

Pommes

➊ Couper et distribuer par quartiers = moins de gaspillage

➋➌ Non épluchées = moins de pertes, moins de temps de préparation

Et : la peau représente 12 % du poids de la pomme (il est très riche en antioxydants !)

Fromage blanc

➊ Acheté au kilo et sucré à juste dosage (1% mais)

➋ Servir en portions avec portions adaptées suivant l'âge et l'appétit des convives = moins de gaspillage

... Et les déchets ?

➊ Déchets triés et pesés, et chiffres affichés

Et : la lutte contre le gaspillage aboutit à économiser les déchets. Comme cela a permis d'économiser 2,11 € par repas (11 % de gaspillage en moins) !

A voir : L'opération « Moins de gaspillage Plus de bio » à l'Hôtel de Saintes (17) www.parcsebio.fr (Moins de gaspillage plus de bio)

Mais aussi :

- ➊ Elaborer des menus avec les convives et leurs goûts = moins de gaspillage
- ➋ Faire des fiches techniques par cuisine avec garnitures et coûts correspondants = quantité et budget adaptés
- ➌ Gérer les effectifs pour couvrir les quantités prévues et servir = moins de gaspillage
- ➍ Évaluer au compteur par détail-maison les produits utilisés dans les plats préparés (fonds de sauces, vinaigrettes, pâtisseries, quiches, pizzas industrielles...)
- ➎ Réviser les garnitures = moins de gaspillage

Et : le cuisinier Olivier d'Avignon (18) a fait 10 000 € d'économies sur une année en réduisant ses garnitures

➏ Planifier pour optimiser le temps de travail :

- si une composante est plus élaborée, simplifier les autres ;
- certaines tâches peuvent être réalisées la veille (ex : cuisson et découpage de la viande) ;
- selon la préparation, certains fruits et légumes bio peuvent se passer d'épluchage ;
- moins en plus en salad bar etc.

Investir dans du matériel équippement :

- ➐ Faire vaisselle, permet de faire soi-même son jus = sans fond de sauce
- ➑ Coupe-pomme manuel (entre 3 et 10 €) = moins de gaspillage
- ➒ Optimiser l'utilisation des Tasses / gobelets, distributeurs, etc. Et : double production (au 2^e service pour drainer les légumes) et d'usage et de lavage en même jour

Sources :

Quatre années de données 2011 sur le Coût de l'Équipement et de Technologie dans les Restaurants de Bio

Source : Margot et al. 2014 - Ecole Nationale Supérieure de la Restauration



SENSIBILISER SES RÉSIDENTS/PATIENTS À UNE ALIMENTATION

ENRICHIR SON

p.10

PROJET D'ÉTABLISSEMENT

- Ancrer l'alimentation au cœur des missions de santé/bien être de l'établissement
- Communiquer sur le projet



ÉQUIPES
ET DIRECTION

EQUIPES DE LA
RESTAURATION
COLLECTIVE

ACCOMPAGNER VERS UNE

p.28

ALIMENTATION PLUS DURABLE

- S'approvisionner avec des fournisseurs locaux
- Rédiger et suivre des marchés publics
- Animer le projet avec le prestataire de restauration



FORMER LES ACCOMPAGNANTS

p.12

- Savoir animer des ateliers sur l'alimentation durable
- Guider vers le plaisir de manger mieux
- S'approprier la cuisine végétarienne
- Transmettre les enjeux d'une alimentation durable



ÉDUCATEURS,
SOIGNANTS,
CUISINIERS

CONVIVES,
RÉSIDENTS,
PATIENTS

SENSIBILISER À UNE ALIMENTATION DURABLE

p.20

- Ateliers (lien alimentation & santé, lien alimentation & environnement, accessibilité)
- Animations
- Visites pédagogiques



ENRICHIR VOTRE PROJET DE L'ÉTABLISSEMENT



AUTOUR DE L'ALIMENTATION

ANCERER L'ALIMENTATION AU CŒUR DES MISSIONS DE SANTÉ/ BIEN ÊTRE DE L'ÉTABLISSEMENT

PROGRAMME

1/2 journée 1 : Atelier collectif autour du projet (toutes équipes)

Rôle du projet d'établissement, attentes et exigences réglementaires autour de l'alimentation...

2h d'ateliers participatifs (photo langage, expression du bien manger...) avec synthèse collective

Réunion 2 heures : (direction et responsables de service)

Présentation et validation des axes en amont de la 1/2 journée 2

1/2 journée 2 : Toutes équipes

Restitution collective et présentation du plan d'action

Echange collectif pour adaptations possibles

Mise en situation, jeux de rôles

Réunion 2 heures : Toutes équipes

Point d'étape (à 3 mois) sur actions mises en place.

OBJECTIFS

- Analyser le projet d'établissement actuel et identifier les évolutions possibles sur le sujet de l'alimentation de qualité pour la santé et l'environnement.
- Définir un plan d'actions et faire adhérer les équipes au projet
- Renforcer une dynamique collective des équipes sur le sujet de l'alimentation
- Savoir comment impliquer les patients/résidents dans ce projet

MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- Animations participatives : apports d'outils de compréhension via des jeux de rôles ou de mise en situation.
- Outils de cadrage et d'aide à la décision collective
- Présentation de projets mis en place et discussions.



PUBLIC :

Direction, cuisiniers, personnel soignant, diététiciens, animateurs, encadrants...



LIEU : Dans votre établissement



TEMPS À CONSACRER POUR VOUS : 1.5 jours (répartis sur 3 à 6 mois)



INTERVENANT-E-S :

GAB44



COÛT : 700 €



Subvention
PRSE3 76%

COMMUNIQUER SUR VOS ACTIONS

CAMPAGNES DE COMMUNICATION PRINTEMPS BIO/ MANGER BIO ET LOCAL/ INNOV'EN BIO

La communication est essentielle pour la mise en valeur de votre établissement et la valorisation du travail de vos équipes au quotidien. Nous vous proposons donc de vous accompagner dans la mise en lumière de ces actions et la diffusion au travers de nos réseaux à destination d'un public varié.

Selon vos objectifs, nous pouvons définir ensemble la meilleure communication selon la saison ou les acteurs que vous visez.

PROGRAMME

Définition de l'objectif et du contenu de la communication

Récolte d'information du GAB44 dans votre établissement

Validation du contenu et diffusion

OBJECTIFS

- Communiquer sur les actions mises en place vers le grand public, les collectivités et institutions.
- Valoriser les équipes et l'établissement dans son savoir-faire.

MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- Interview, reportage
- Rédactions d'articles, conception d'outils de communication personnalisés.



PUBLIC :

Direction, cuisiniers, personnel soignant, diététiciens, animateurs, encadrants...



LIEU :

Diffusion nationale grâce aux supports et campagne de communication de nos réseaux.



DURÉE : 2 heures



INTERVENANT-E-S :

GAB 44



COÛT :

200 à 300 €



Subvention
PRSE3 81%



VOTRE CONTACT :

Fanny CARON - bioaccessibilite@gab44.org- 06 20 65 73 71



IMPLIQUER VOS ÉQUIPES DANS LA DÉMARCHE

Afin de donner les clés à vos équipes pour faire vivre votre projet au sein de votre établissement, nous pouvons organiser des sessions de formation au sein de votre structure. Il faudra pour cela réunir un groupe de travail sur une date choisie avec vous et les intervenants.

L'objectif de cette formation n'est pas de devenir un expert mais d'acquérir des notions clés, de développer un avis critique pour animer des ateliers par la suite.

Nous vous proposons plusieurs thèmes pour ces formations :





SAVOIR ANIMER UN ATELIER

INITIER LA PRISE DE CONSCIENCE CHEZ LES PATIENTS/RÉSIDENTS

PROGRAMME

1/2 journée 1 : Premières notions sur l'environnement, l'impact de l'activité humaine...

1/2 journée 2 : Visite scénarisée sur une ferme et découverte d'outils pédagogiques type « rallye à la ferme ».

Découverte d'outils pédagogiques sur les labels, la lecture d'étiquettes, pour l'animation de débats sur l'agriculture, l'eau, l'alimentation, la bio...

OBJECTIFS

- Comprendre les enjeux environnementaux liés à la qualité de l'eau, de l'air et de la biodiversité.
- Identifier les pratiques agricoles favorables à la préservation de l'environnement.
- Faire évoluer les équipes vers un mode d'alimentation favorable pour l'environnement.
- Apprendre à utiliser des animations et outils pédagogiques reproductibles avec les convives, résidents/ patients.

MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- Démarches actives et participatives
- Apports théoriques et expérimentaux
- Utilisation d'outils pédagogiques facilement reproductibles



PUBLIC :

Cuisiniers, personnel soignant, diététiciens, animateurs, encadrants...



LIEU : Dans votre établissement et sur une ferme pédagogique de Loire Atlantique



DURÉE : 2 demi-journées



INTERVENANT·E·S :

GAB 44, producteur.trice Bio.



COÛT : Reste à charge 400€



Subvention
PRSE3 76%



RESPONSABLE DE STAGE :

Fanny CARON - bioaccessibilite@gab44.org- 06 20 65 73 71



IMPLIQUER VOS ÉQUIPES DANS LA DÉMARCHE

COMPRENDRE LE LIEN ALIMENTATION ET SANTÉ

PROGRAMME

Un jour rythmé pour aller au-delà des bases diététiques de l'équilibre alimentaire:
Apports théoriques sur les aliments de qualité
Ateliers de partage d'expériences entre participants et intervenants
Apprentissage d'outils et méthodes pour s'approprier la démarche et l'adapter dans le cadre de l'établissement

OBJECTIFS

- Comprendre les enjeux sur la santé liés à nos modes alimentaires.
- Identifier les aliments de qualité (saisonnalité, maturité, transformation...) et leurs vertus.
- Rendre les équipes ambassadrices du changement de pratiques au sein de l'établissement vers un mode d'alimentation durable.
- Connaitre les signes de qualité des aliments et les familles de produits qui composent une alimentation saine.
- Initiation à l'animation d'ateliers sur l'éveil des sens et de dégustation reproductibles avec les résidents/ patients.

MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- Démarches actives et participatives
- Apports théoriques et expérimentaux
- Utilisation d'outils pédagogiques facilement reproductibles



PUBLIC :

Animateurs, encadrants, cuisiniers, personnel soignant, diététiciens



LIEU :

Dans votre établissement



DURÉE :

1 jour (7h)



INTERVENANT-E-S :

GAB 44, Pommes et Sens (diététiciennes)



COÛT :

400 €



Subvention
PRSE3 67%



RESPONSABLE DE STAGE :

Fanny CARON - bioaccessibilite@gab44.org- 06 20 65 73 71



COMPRENDRE LE LIEN ALIMENTATION ET ENVIRONNEMENT

PROGRAMME

Apport théorique (sur une ferme)

Les enjeux croisés de l'alimentation et de l'agriculture vus à travers l'histoire.

Le fonctionnement d'un écosystème, des équilibres biologiques et application en agriculture

Décrypter les différents modes de productions agricoles.

Présentation et découverte de la ferme

OBJECTIFS

- Acquérir des connaissances de base sur les modes de productions agricoles et leurs enjeux environnementaux et sociaux.
- Repérer les différents courants ou modes de productions évoqués dans le quotidien : agriculture conventionnelle, raisonnée, agriculture biologique, biodynamique, zéro résidus...
- Découvrir des animations et outils pédagogiques.
- Acquérir un bagage pour parler de l'agriculture biologique, répondre aux interrogations et mener une démarche pédagogique sur le sujet.

MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- Démarches actives et participatives
- Apports théoriques et expérimentaux
- Utilisation d'outils pédagogiques facilement reproductibles



PUBLIC :

Animateurs, encadrants, cuisiniers, personnel soignant, diététiciens



LIEU : Sur une ferme Bio pédagogique de Loire Atlantique



DATE ET DURÉE :

Judi 10 mars 2022 (date limite d'inscription le 24/02/22) - 7h



INTERVENANT·E·S :

GAB 44, producteur.trice Bio



COÛT :

245 € par participant (tarif dégressif si plusieurs participants d'une même structure)



Subvention
PRSE3 83%



RESPONSABLE DE STAGE :

Fanny CARON - bioaccessibilite@gab44.org- 06 20 65 73 71



IMPLIQUER VOS ÉQUIPES DANS LA DÉMARCHE

GUIDER LE CONVIVE VERS LE PLAISIR DE MANGER MIEUX

ALIMENTATION ET 5 SENS



PROGRAMME

Jour 1 : Théorie et partage d'expérience pour redécouvrir et investir la place l'alimentation comme enjeu de transmission du quotidien.

Les mécanismes actifs dans le comportement alimentaire

Le fonctionnement du goût : mieux le connaître pour renforcer le plaisir de manger

Les 5 sens dans la dégustation : physiologie et expérimentation

Jour 2 : Ateliers pratiques pour « faire ensemble » et s'approprier les méthodes suite à J1

Evolution et modification du goût dans le contexte d'une pathologie, d'un traitement, d'un handicap

Favoriser la curiosité gustative chez le convive, familiarisation progressive avec l'aliment

Elaboration, utilisation des outils à partir de situations vécues



OBJECTIFS

- Découvrir les notions récentes sur les mécanismes sensoriels de la dégustation et le plaisir alimentaire
- Savoir accompagner et guider l'adulte dans ses découvertes gustatives pour élargir le répertoire alimentaire et restaurer ou instaurer une complicité entre l'aliment et le convive
- Savoir mettre en œuvre des outils simples et échanger sur les outils utilisés dans l'accompagnement des convives pour les intégrer naturellement dans la pratique courante des équipes

MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- Séances de formation théorique en salle,
- Etudes de cas concrets, exercices pratiques de mise en situation de dégustation, travaux en sous-groupe.



PUBLIC :

Professionnels de santé : Diététiciens, infirmiers, médecins & professionnels de l'alimentation : cuisiniers, soignants...



LIEU : Dans votre établissement



DATE ET DURÉE :

Session 1 : vendredis 19 novembre et 10 décembre 21 (date limite d'inscription : 22/10/21)

Session 2 : jeudi 28 avril et mardi 24 mai 2022 (date limite d'inscription : 14/04/22)

Session 3 : vendredis 4 novembre et 2 décembre 22 (date limite d'inscription : 22/10/21)



INTERVENANT-E-S :

GAB 44/ Marie Claire Thareau nutritionniste spécialisée en analyse sensorielle



COÛT : 490€ par participant (tarif dégressif si plusieurs participants d'une même structure)



Subvention
PRSE3 81%



RESPONSABLE DE STAGE :

Fanny CARON - bioaccessibilite@gab44.org- 06 20 65 73 71



FORMATION ET ACCOMPAGNEMENT DES ÉQUIPES DE RESTAURATION



S'APPROPRIER LA CUISINE VÉGÉTARIENNE

PROGRAMME

Jour 1 Atelier en salle :

Culture et langage commun autour des offres alternatives : « pourquoi et comment manger autrement ? »

Base d'une cuisine végétarienne : produits, modes opératoires, formats de plats et étapes de mise en œuvre.

Jour 2 Atelier pratique (cuisine)

Découvrir et s'approprier la diversité de l'offre « alternative » et les familles végétales.

Quelles utilisations, quels modes opératoires, quelle valorisation... ?

Mise en œuvre d'une offre alternative (végétarienne et mixte).



OBJECTIFS

- Poser un cadre sur la qualité alimentaire qui donne du sens à une offre alternative
- Partager et parler un langage commun sur le pourquoi et le comment d'une offre alimentaire alternative
- Mieux connaître les aliments de base d'une cuisine alternative
- Amener les repères fondamentaux et les modes opératoires pour leur préparation
- Découvrir un répertoire de plats alternatifs et mixtes valorisant les protéines et ingrédients végétaux, notamment les céréales complètes et les légumineuses.
- Envisager les étapes de familiarisation de d'intégration des produits, des plats de l'offre alternative (micro-changements).

MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- Contenus théoriques
- Animations participatives
- Mise en situation et mise en pratique à l'échelle d'un restaurant collectif
- Partage et échanges



PUBLIC :

Equipes de restauration collective : cuisiniers, personnel soignant, diététiciens,...



LIEU : Dans votre établissement



DURÉE :

1,5 jours (12h)



INTERVENANT-E-S :

GAB 44, Consultant formateur en cuisine alternative (Gilles Daveau).



COÛT :

400€/ participant (8 à 12 pers)



Subvention
PRSE3 40%



RESPONSABLE DE STAGE :

David Lorgeoux - restoco@gab44.org - 02 40 79 46 57



SENSIBILISER VOS CONVIVES À UNE ALIMENTATION DURABLE



ATELIERS À DESTINATION DE VOS CONVIVES, RÉSIDENTS OU PATIENTS

Nous pouvons organiser avec vous des ateliers sur différents thèmes. L'objectif est de sensibiliser et de mobiliser vos convives, résidents ou patients sur le sujet de l'alimentation et de lancer une dynamique collective.

Ces ateliers peuvent être proposés sur le temps d'un repas ou sur 2 séquences de 2 heures.

Les animations, en format court, ont lieu en continu, sous forme de participation active et peuvent être prises en cours de route pour s'adapter au flux de personnes. L'animatrice du GAB 44 accompagne les participants tout au long de la séquence pour répondre aux questions et aux demandes d'informations.

LIEN ALIMENTATION & SANTÉ

Cet atelier permet de donner les bases aux participants sur l'impact du choix des aliments consommés sur leur santé. Il les questionne sur leurs pratiques actuelles et donne des clés de compréhension pour initier le changement ou aller plus loin dans son évolution actuelle.

PROGRAMME

Atelier brise glace en amont pour faire s'exprimer les participants sur leurs perceptions (photo langage)

Phase 1 : Episode « la bio, meilleure pour la santé ? »

Phase 2 : Jeu mouvant du vrai faux sur l'alimentation et la santé ou portrait de familles de 15 pays

Phase 3 : Lecture d'étiquette alimentaire

Phase 4 : Quizz avec panier garni pour le gagnant

Bilan : Projection individuelle et collective sur les pistes d'action pour une meilleure alimentation pour sa santé

OBJECTIFS

- Permettre aux participants d'avoir une réflexion sur leur alimentation sans les culpabiliser.
- Donner des pistes d'action simples à mettre en place dans leur quotidien. (Décrypter par eux même une étiquette alimentaire, comprendre l'importance de la saisonnalité, identifier les produits à privilégier...)
- Acquisition de connaissances sur la Bio (Alimentation et Santé)

MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- Animation participative et ludique pour impliquer les participants dans une démarche progressive et encourageante.
- Selon le format, animation collective (atelier) ou en autonomie (animation) avec support du GAB44 pour faciliter les échanges et répondre aux questions.
- Information sur l'offre alimentaire bio locale : outil web « Bon plan bio »
- Documentation sur la saisonnalité, le lien alimentation santé...



PUBLIC :

Patients, résidents (tous âges)



LIEU : Dans votre établissement



FORMAT ATELIER (*intégralité du programme*)

DUREE : 2 x 2 heures

COUT (RESTANT A CHARGE) 200 €



FORMAT ANIMATION (*Phases 2, 3 & 4 en autonomie*)

DUREE : 2 heures

COUT (RESTANT A CHARGE) 100 €



INTERVENANT-E-S :

GAB 44



Subvention
PRSE3 76%



RESPONSABLE DE STAGE :

Fanny CARON - bioaccessibilite@gab44.org- 06 20 65 73 71



SIBILISER VOS CONVIVES À UNE ALIMENTATION DURABLE



LIEN ALIMENTATION & ENVIRONNEMENT

Cet atelier initie les participants sur l'impact qu'a leur consommation sur l'environnement qui les entoure. Il donne les clés pour comprendre ce qu'est une alimentation durable et en quoi le changement de leurs pratiques peut contribuer à mieux préserver la qualité de l'eau et de l'air et à diminuer les déchets.

PROGRAMME

Atelier brise glace sur le jeu «A table» !

Phase 1 : Episode « la bio, meilleure pour la planète ? »

Phase 2 : Jeu mouvant du vrai faux sur l'alimentation et l'environnement

Phase 3 : Jeu de la ficelle de la viande

Phase 4 : Quizz avec panier garni pour le gagnant

Bilan : Projection individuelle et collective sur les pistes d'action pour une meilleure alimentation pour l'environnement



OBJECTIFS

- Permettre aux participants d'avoir une réflexion sur leur alimentation sans les culpabiliser.
- Donner des pistes d'action simples à mettre en place dans leur quotidien. (Décrypter par eux même une étiquette alimentaire, comprendre l'importance de la saisonnalité, identifier les produits à privilégier...)
- Acquisitions de connaissances sur la Bio (Alimentation et Environnement)

MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- Démarches participatives et ludiques pour impliquer les participants dans une démarche progressive et encourageante.
- Selon le format, animation collective (atelier) ou en autonomie (animation) avec support du GAB44 pour faciliter les échanges et répondre aux questions.
- Information sur l'offre alimentaire bio locale : outil web « Bon plan bio »
- Documentation sur la saisonnalité, le lien alimentation environnement...



PUBLIC :

Patients, résidents (tous âges)



LIEU : Dans votre établissement



FORMAT ATELIER (intégralité du programme)

DUREE : 2 x 2 heures

COÛT (RESTANT A CHARGE) 200 €



FORMAT ANIMATION (Phases 2, 3 & 4 en autonomie)

DUREE : 2 heures

COÛT (RESTANT A CHARGE) 100 €



INTERVENANT-E-S :

GAB 44



Subvention
PRSE3 67%



RESPONSABLE DE STAGE :

Fanny CARON - bioaccessibilite@gab44.org- 06 20 65 73 71



SENSIBILISER VOS CONVIVES À UNE ALIMENTATION DURABLE



ACCÉDER À UNE ALIMENTATION DE QUALITÉ AVEC UN BUDGET RESTREINT

Cet atelier a pour objectif de rassurer les participants sur leur possibilité d'accéder à une alimentation de meilleure qualité avec un budget maîtrisé. Il donne les pistes pour lancer ou approfondir sa démarche de changement de pratiques alimentaires.

PROGRAMME

Atelier brise glace : les « biosceptiques »

Phase 1 : Episode « la bio, trop chère ? »

Phase 2 : Où trouver des produits bio locaux en circuit court ?

Phase 3 : Guide sur les protéines végétales et atelier reconnaissance des graines

Phase 4 : Quizz mouvant avec panier garni pour le gagnant

Bilan : Projection individuelle et collective sur les pistes d'action pour accéder à une alimentation de qualité avec un budget restreint.



OBJECTIFS

- Permettre aux participants d'avoir une réflexion sur leur alimentation sans les culpabiliser.
- Donner des pistes d'action simples à mettre en place dans leur quotidien. (Connaître les lieux d'achats existant, modifier ses pratiques pour dépenser moins...)
- Acquisitions de connaissances sur la Bio

MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- Démarches participatives et ludiques pour impliquer les participants dans une dynamique progressive et encourageante.
- Selon le format, animation collective (atelier) ou en autonomie (animation) avec support du GAB44 pour faciliter les échanges et répondre aux questions.
- Information sur l'offre alimentaire bio locale : outil web « Bon plan bio »
- Documentation sur la saisonnalité, les lieux d'achats, les idées cuisine...



PUBLIC :

Patients, résidents (tous âges)



LIEU : Dans votre établissement



FORMAT ATELIER (*intégralité du programme*)

DUREE : 2 x 2 heures

COUT (RESTANT A CHARGE) 200 €



FORMAT ANIMATION (*Phases 2, 3 & 4 en autonomie*)

DUREE : 2 heures

COUT (RESTANT A CHARGE) 100 €



INTERVENANT-E-S :

GAB 44



Subvention
PRSE3 67%



RESPONSABLE DE STAGE :

Fanny CARON - bioaccessibilite@gab44.org- 06 20 65 73 71



SIBILISER VOS CONVIVES À UNE ALIMENTATION DURABLE



VISITE PÉDAGOGIQUE DE FERME

Si vous souhaitez changer de cadre pour impulser la dynamique ou concrétiser le projet en lien avec notre réseau de fermes bio sur le département, nous pouvons aussi vous proposer des sorties pédagogiques à organiser selon vos attentes. En voici, quelques exemples.

ACCUEIL D'UN TEMPS FORT DE L'ÉTABLISSEMENT SUR UNE FERME

Si vous souhaitez changer de cadre pour impulser la dynamique ou concrétiser le projet en lien avec notre réseau de fermes bio sur le département, nous pouvons aussi vous proposer des sorties pédagogiques à organiser selon vos attentes. En voici, quelques exemples.



PUBLIC :

Membres de l'établissement



LIEU : Sur une ferme Bio pédagogique de Loire Atlantique (lieu à définir avec vous)



DURÉE : 1/2 journée ou journée



INTERVENANT·E·S :

GAB 44, producteur.trice bio.



COÛT :

500 à 700 € (selon le nombre de participants)



Subvention
PRSE₃ 67%



RALLYE À LA FERME

PROGRAMME

Jeu de piste ludique alternant plusieurs missions (panneaux, boîte à odeurs, reconnaissance de légumes...) à faire en autonomie par groupes.
Présence de l'animatrice du GAB44 pour répondre aux questions et organiser le rallye
Bilan collectif en fin de rallye
Utilisation des réponses comme support pour des ateliers ultérieurs

OBJECTIFS

- Connaître le fonctionnement d'une ferme biologique
- Faire le lien entre agriculture, consommation et environnement

MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- Démarche participative en semi-autonomie des participants
- Apports théoriques
- Utilisation d'outils pédagogiques facilement reproductibles



PUBLIC : Tout public sachant lire
(possibilité de mélanger équipes et patients, résidents...)



LIEU : Sur une ferme Bio pédagogique de Loire Atlantique
(lieu à définir avec vous)



DURÉE : 2 heures sur place



INTERVENANT-E-S :
GAB 44, producteur.trice bio.



COÛT : 400 €



Subvention
PRSE3 59%



VOTRE CONTACT :

Elsa Rossignol - animation@gab44.org - 02 40 79 46 57



ACCOMPAGNER VOTRE RESTAURATION COLLECTIVE

Quelle que soit votre organisation, concédée ou autogérée, cuisine sur place ou livrée, contrat en cours avec un prestataire ou lancement de marché, nous pouvons vous accompagner pour diagnostiquer, animer un projet ou écrire un marché. Notre expérience nous montre qu'il n'y a pas d'accompagnement figé mais nous vous proposons des types d'accompagnement à adapter à votre établissement.





DIAGNOSTIQUER MA RESTAURATION : QUELLE PART D'ALIMENTS DURABLES ET QUEL PLAN D'ACTION ?

PROGRAMME

1/2 journée 1 : Etat des lieux de la restauration dans votre établissement (organisation, équipes, approvisionnements)

Réunion 1 (2 heures) : Restitution du diagnostic et proposition de plan d'action personnalisé

Réunion 2 (2 heures) : Suivi à trois mois des actions et problématiques rencontrées

OBJECTIFS

- Répondre aux obligations de la loi EGALIM et savoir situer son établissement par rapport à ces exigences règlementaires.
- Définir un plan d'action pour l'établissement et le partager à l'ensemble des équipes concernées
- Identifier les clés de réussite de projets existants pour une démarche maîtrisée et pérenne

MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- Outils de diagnostic de la restauration collective de l'établissement
- Actions et réalisations concrètes en Loire Atlantique et Pays de la Loire
- Temps participatifs animés dans un esprit bienveillant et dynamique



PUBLIC :

Direction, cuisiniers, personnel soignant, diététiciens, animateurs, encadrants...



LIEU :

Dans votre établissement



DURÉE :

8 heures sur 3 sessions



INTERVENANT·E·S :

GAB 44



COÛT :

Reste à charge 500€



Subvention
PRSE3 76%



RESPONSABLE DE STAGE :

Fanny CARON - bioaccessibilite@gab44.org- 06 20 65 73 71



ACCOMPAGNER VOTRE RESTAURATION COLLECTIVE

AUGMENTER MA PART D'APPROVISIONNEMENTS DURABLES DANS MES ACHATS ET ANIMER LE PROJET DANS MON ÉTABLISSEMENT

PROGRAMME SUR 4 À 6 MOIS

1/2 journée 1 : Etat des lieux de la restauration collective de l'établissement et restitution collective

Réunion 1 (2 heures) : Mise en place et présentation d'outils de suivi des approvisionnements adaptés

Réunion 2 (2 heures) : Réunion d'approvisionnement avec fournisseurs locaux

Animations (2 x 2 heures) de temps collectifs à destination des équipes

Animation (2 heures) à destination des convives et communications visuelles sur le projet

Point d'étape (2 heures) à 2 ou 3 mois



Date achats	Famille PDTS	Désignation	Nature	Signe Officiel de Qualité	Calibre	Quantité local Hors Pdl (< 200km)	Quantité Pays de la Loire	Quantité France
								13
			frais	Bio	135-165g		12	
			frais	Bio	30		14	
			frais	Bio	180+		14	
janv-18	fruits	Pommes Opale	frais	Bio	120/150g		14	
janv-18	fruits	Kiwi hayward	frais	Bio	120/150g			6
janv-18	fruits	Pommes dalinco	frais	Bio	2kg			6
janv-18	fruits	Pommes Pilot	frais	Bio	2kg			8
janv-18	fruits	Pommes Pilot	frais	Bio	2kg			10
janv-18	légumes	Betterave bio cube	frais	Bio				26
janv-18	légumes	Betterave bio cube	frais	Bio				
janv-18	légumes	Betterave bio cube	frais	Bio				
janv-18	légumes	Carotte lavée	frais	Bio				
janv-18	légumes	Potimarron	frais	Bio				





OBJECTIFS

- Répondre aux obligations de la loi EGALIM et savoir situer son établissement par rapport à ces exigences réglementaires grâce à des outils simples à intégrer dans l'organisation en place
- Définir un plan d'action pour l'établissement et le partager à l'ensemble des équipes concernées
- Lancer et animer une démarche maîtrisée et pérenne
- Impliquer les équipes et les patients/ résidents dans un projet alimentaire durable ambitieux

MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques sur outils de suivi des approvisionnements
- Temps participatifs à destination des équipes et des convives animés dans un esprit bienveillant et dynamique
- Communication visuelle (affichage personnalisé, vidéo, photo,...)



PUBLIC :

Direction, cuisiniers, personnel soignant, diététiciens, animateurs, encadrants...



LIEU :

Dans votre établissement



DURÉE :

20 heures sur 7 sessions



INTERVENANT-E-S :

GAB44, producteur-trice Bio (animation)



COÛT :

Reste à charge 1000€



Subvention
PRSE3 76%



RESPONSABLE DE STAGE :

Fanny CARON - bioaccessibilite@gab44.org- 06 20 65 73 71



FORMATION : RÉDIGER MON APPEL D'OFFRE

PROGRAMME

Jour 1 (7h)

- Quel cadre réglementaire pour les appels d'offre en restauration collective ?
- Présentation de la Loi pour l'équilibre des relations commerciales dans le secteur agricole et réglementaire – dite Loi EGAlim
- Présentation du fonctionnement des prestataires /allotissement et des liens avec les producteurs
- Travail sur les différentes étapes d'un appel d'offre et la méthodologie à mettre en place

Jour 2 (7h)

- Intervention de fournisseurs qui répondent aux appels d'offre
- Travail sur les critères de sélection des offres- analyse des offres
- Identification des éléments clés à inclure dans un cahier des charges pour s'approvisionner en denrées alimentaires bio, de qualité et locales
- Comprendre l'importance du suivi du prestataire et des approvisionnements et savoir comment le mettre en place
- Bilan de formation





OBJECTIFS

- Poser le cadre réglementaire de la commande publique et des appels d'offre de fournitures de denrées alimentaires
- S'approprier les objectifs de la loi EGAlim
- Maîtriser les différentes étapes de la passation d'un appel d'offre et identifier les étapes essentielles
- Connaître l'offre sur le territoire de Loire Atlantique (filières, labels...)
- Identifier les éléments clés à intégrer à un appel d'offre pour permettre un approvisionnement bio, de qualité et local.

MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques
- Ateliers participatifs et quizz
- Interventions extérieures



PUBLIC :

Direction, cuisiniers, gestionnaires...



LIEU :

En Loire-Atlantique (à définir)



DURÉE :

2 jours (14 heures)



INTERVENANT-E-S :

GAB44, producteur-trice Bio (animation)



COÛT :

300 €/ participant (4 à 12 pers.)



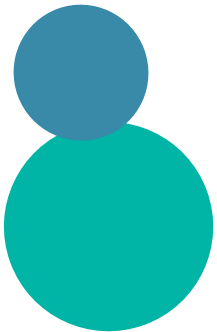
Subvention
PRSE3 86%



RESPONSABLE DE STAGE :

David Lorgeoux - restoco@gab44.org - 02 40 79 46 57

MES NOTES





VOTRE CONTACT :

GAB 44 - 1 rue Marie Curie - 44170 NOZAY

Fanny CARON - bioaccessibilite@gab44.org - 06 20 65 73 71





• GAB 44 •

Les Agriculteurs **MD** de Loire-Atlantique



WWW.GAB44.ORG

Avec le soutien de

