

2024  
2025



**GAB 44**

LES AGRICULTEURS BIO  
DE LOIRE-ATLANTIQUE



# catalogue de FORMATIONS

*Développer un projet sur l'alimentation  
en lien avec le développement durable*

AGRICULTURE  
& ALIMENTATION

ALIMENTATION  
SENSORIELLE

RESTAURATION  
BIO-LOCALE



# NOS FORMATIONS

## OBJECTIFS

- Acquérir un bagage sur l'alimentation, l'agriculture, ses enjeux environnementaux, sociétaux et de santé
- Découvrir des approches pédagogiques, outils et techniques d'animations ou de cuisine pour sensibiliser sur l'alimentation et l'agriculture
- Mettre les expériences et les compétences en commun pour sensibiliser sur les enjeux liés à l'alimentation de qualité, bio, saine, durable, accessible à tous

- Intégrer des produits bio en restauration collective

## QUI PEUT EN BÉNÉFICIER ?

- Tout salarié-e ou bénévole acteurs de l'éducation : de toutes structures de l'éducation populaire, scolaires, enfance-jeunesse, ESS, santé, solidarité, environnement et développement durable.
- Points de vente de produits locaux, bio, de qualité; transformateurs; restaurateurs; professionnels de la restauration collective

# SOMMAIRE

## ÉDUQUER/SENSIBILISER À L'ALIMENTATION DE QUALITÉ



**ALIMENTATION ET 5 SENS** Éveiller au goût pour des produits de qualité dans notre alimentation au quotidien . 4

**SENSIBILISER À UNE ALIMENTATION POSITIVE** Faire le lien entre agriculture, alimentation & environnement . 6

**AMÉLIORER LES REPAS/COLLATIONS À TRAVERS CES TEMPS CONVIVIAUX** Transmettre des notions de santé et durabilité . 8

## INTÉGRER DES PRODUITS BIO, LOCAUX DANS LE QUOTIDIEN DE VOS STRUCTURES



**RESTAURATION COLLECTIVE** Cuisine alternative et valorisation des protéines végétales . 10

**RESTAURATION COLLECTIVE** Marchés publics en gestation concédée livrée et sur place : des possibilités pour améliorer la prestation . 12

## QUI SOMMES-NOUS ?

**LE GAB 44** . 14  
**MERCI POUR LEUR CONFIANCE** . 17  
**MES NOTES** . 18

*Collectivités : œuvrer pour la transition agricole et alimentaire de votre territoire !*

Pour mettre en œuvre leurs projets, les élus d'une collectivité ont besoin de bien appréhender les éléments du contexte agricole, la réalité agricole de leur territoire et les perspectives en matière de foncier, de pratiques, de type de production, de rapport avec les enjeux alimentaires et environnementaux.



Pour concevoir une formation sur-mesure à destination de vos élu-es, contactez :  
**Fanny Caron - [coordination.territoire@gab44.org](mailto:coordination.territoire@gab44.org)**



# ALIMENTATION ET 5 SENS

**ÉVEILLER AU GOÛT POUR DES PRODUITS DE QUALITÉ DANS NOTRE ALIMENTATION AU QUOTIDIEN**



Plus nos sens sont sollicités, plus ils s'éveillent et s'éduquent, et mieux notre équilibre alimentaire s'en ressent. Par la recherche du plaisir, plaisir initié par les 5 sens, enfants et adultes développent la capacité de percevoir ce que nos sens nous transmettent, d'identifier et d'apprécier les différentes saveurs. Ils découvrent et retrouvent ainsi le goût d'une alimentation saine et équilibrée.

**Les techniques d'approche sensorielle de l'alimentation sont ainsi un indispensable de la boîte à outils pour éduquer à l'alimentation.**

## ● OBJECTIFS

- Adopter la bonne posture pour faire redécouvrir les plaisirs liés à une alimentation saine et de qualité
- Développer ses capacités de communication sur la qualité nutritionnelle et gustative des aliments
- Apprendre à valoriser l'activité agricole et les aliments produits à travers une approche sensorielle
- Comprendre les mécanismes du comportement alimentaire du mangeur
- Acquérir le bagage nécessaire pour élaborer des ateliers sensoriels simples avec des produits fermiers bio ou des produits du jardin

## ● PUBLICS CONCERNÉS

Tout salarié ou bénévole acteurs de l'éducation : de toutes structures de l'éducation populaire, scolaires, enfance-jeunesse, ESS, santé, solidarité, environnement et développement durable.

## ● MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- Travaux de groupes
- Expérimentation sensorielle
- Apports théoriques

*« Un retour sur les bases et les fondamentaux qui donne un socle solide et synthétique, donc rassurant ! »*

Sandrine Berger, Cuisto'mobile



## ● PROGRAMME

### JOURNÉE 1

- Evolution de notre alimentation : histoire de la production agricole, rapport à l'alimentation et au temps, enjeux de l'éducation alimentaire
- Expérience sensorielle de niveau 1 : dégustation, découverte d'un aliment avec les 5 sens
- Présentation des trois piliers de l'alimentation
- Définition du rôle et de la place du goût dans l'alimentation, dans le fonctionnement de l'être humain
- Compréhension et découverte du goût et la physiologie des 5 sens par l'expérimentation

### JOURNÉE 2

- Compréhension et découverte du goût et de la physiologie des 5 sens par l'expérimentation (suite)
- Rétablir les liens entre alimentation, agriculture, santé, environnement et plaisir
- Présentation des mécanismes de l'apprentissage alimentaire et de sa régulation
- Appréhension des mécanismes du comportement alimentaire du mangeur
- Élaboration d'ateliers sensoriels simples (dans sa structure ou dans la sphère privée)



**DURÉE** 2 jours - de 9h30 à 17h30 (14h)



**DATES** 7 février et 28 février 2025  
Inscriptions avant le 16 décembre 2024



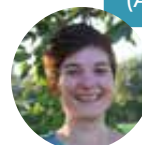
**PRÉ-REQUIS** Aucun



**LIEU** sur le département (à définir)



**INTERVENANTE** Marie-Claire Thureau, Ingénieure agronome, nutritionniste, sophrologue caycédiennne (Association [www.pommesetsens.org](http://www.pommesetsens.org))



### Responsable de stage :

Elsa Rossignol - [animation@gab44.org](mailto:animation@gab44.org)  
02 40 79 76 74 - 06 08 07 59 51



# SENSIBILISER À L'ALIMENTATION POSITIVE

**FAIRE LE LIEN ENTRE AGRICULTURE, ALIMENTATION ET ENVIRONNEMENT**



Quoi de mieux que de donner du sens à ce que l'on mange, comprendre d'où ça vient, comment c'est produit ? Nous sommes souvent confrontés à des idées reçues ou des préjugés sur les questions autour de l'agriculture, l'alimentation et l'environnement. Pour les dépasser, remettre en perspective l'histoire de notre alimentation permet de mieux comprendre les enjeux sociétaux actuels. **Cette formation permet de s'approprier des outils pour animer des ateliers et échanges constructifs sur l'alimentation.**

## ● OBJECTIFS

- Acquérir des connaissances de base sur les modes de productions agricoles et leurs enjeux environnementaux et sociaux
- Découvrir des outils pédagogiques réutilisables avec son public

L'objectif n'est pas de devenir un·e expert·e mais d'acquérir des notions clés, s'approprier des outils pour animer des ateliers sur l'alimentation.

## ● PUBLICS CONCERNÉS

Tout salarié ou bénévole acteurs de l'éducation : de toutes structures de l'éducation populaire, scolaires, enfance-jeunesse, ESS, santé, solidarité, environnement et développement durable.

## ● MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- Démarches actives ou participatives
- Apports théoriques
- Expérimentation d'outils pédagogiques

## ● PROGRAMME

### JOURNÉE 1

- Fresque de l'agriculture-alimentation : les enjeux croisés de l'alimentation et de l'agriculture vus à travers l'histoire
- Décrypter les différents modes de production agricole
- Focus sur l'agriculture biologique : connaissances et outils pour susciter les échanges et lever des préjugés
- Visite d'une ferme bio : rencontre avec un producteur.trice et test d'outils de découverte d'une ferme

### JOURNÉE 2

- Éveil immersif : vivre et faire vivre des animations
- Expérimentation et découverte d'outils pédagogiques sur différentes thématiques :
  - Origine des aliments
  - Saisonnalité des fruits et légumes
  - Se nourrir autrement
  - Outils sensoriels



**DURÉE** 2 jours - de 9h à 17h (7h)



**DATES** Mardi 15 et Mercredi 16 octobre 2024  
*Inscription avant le Lundi 16 septembre 2024*



**PRÉ-REQUIS** Aucun



**LIEU** Nantes



### Responsable de stage :

Elsa Rossignol - [animation@gab44.org](mailto:animation@gab44.org)  
02 40 79 76 74 - 06 08 07 59 51



# AMÉLIORER LES REPAS/ COLLATIONS À TRAVERS CES TEMPS CONVIVIAUX, TRANSMETTRE DES NOTIONS DE SANTÉ ET DURABILITÉ



Vous organisez des ateliers cuisine, des petits déjeuners, repas partagés... chacun de ses temps sont des occasions pour transmettre des messages et mettre à la fois santé, environnement et plaisir autour d'une même table. De quelle manière ? Peut-on proposer des produits du meilleur goût au meilleur coût – économique et environnemental- ? **Comment transmettre de manière digeste les principes de l'équilibre alimentaire, sensibiliser sur la saisonnalité, les protéines végétales... ?**

## ● OBJECTIFS

- Comprendre les enjeux d'une alimentation durable pour tous
- Savoir préparer et animer un atelier cuisine/repas/gouter/apéro à visée pédagogique
- Acquérir des notions de bases sur l'équilibre alimentaire, les protéines végétales, la saisonnalité, les produits biologiques...
- Découvrir l'importance et les bénéfices de prêter attention aux choix des produits (environnement, nutrition, économies...)

## ● PUBLICS CONCERNÉS

Tout salarié ou bénévole acteurs de l'éducation : de toutes structures de l'éducation populaire, scolaires, enfance-jeunesse, ESS, santé, solidarité, environnement et développement durable.

## ● MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- Pratique (cuisine)
- Démarches participatives et travaux de groupe
- Apports théoriques

*« Je vais réutiliser ces apports pour mes ateliers avec les jeunes ! »*  
Pierre C.

## ● PROGRAMME



### JOURNÉE 1

- Les piliers de l'alimentation durable
- Immersion dans un atelier de cuisine saine et durable et un repas en pleine conscience
- Les méthodes d'animation d'un atelier : étapes & points clés,
- Apports sur l'équilibre nutritionnel : repères et connaissances de bases

### JOURNÉE 2

- Les approvisionnements : découverte d'une ferme bio locale et points de vente, visite avec le producteur, jeux autour de l'alimentation et l'agriculture bio
- Découverte d'objets et astuces Zéro Déchets/Zéro Gaspi en cuisine
- Mise en pratique : test d'animations
- Mise en situation professionnelle : construction d'un projet, projection sur des axes de progrès



**DURÉE** 2 jours - de 9h30 à 17h30 (14h)



**DATES** À définir



**PRÉ-REQUIS** Aucun



**LIEU** sur le département (à définir)



**INTERVENANTES**

Solène Bail, diéticienne nutritionniste



**Responsable de stage :**

Elsa Rossignol - [animation@gab44.org](mailto:animation@gab44.org)  
02 40 79 76 74 - 06 08 07 59 51



# RESTAURATION COLLECTIVE

## CUISINE ALTERNATIVE ET VALORISATION DES PROTÉINES VÉGÉTALES



### ● OBJECTIFS

- Poser un cadre sur la qualité alimentaire qui donne du sens à une offre alternative
- Mieux connaître les produits alimentaires 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 et notamment les céréales complètes et les légumineuses
- Envisager les étapes de familiarisation et d'intégration des produits, des plats, de l'offre alternative (micro-changements)
- Comprendre l'agriculture bio locale et la complémentarité entre filières ani- males et végétales

### ● PUBLICS CONCERNÉS

Professionnel·les de la restauration collective

### ● MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

La formation s'appuiera sur des :

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

### ● PROGRAMME

#### JOURNÉE 1 - 3H30

Travail en salle : culture et langage commun autour des offres alternatives

- Comment définir la qualité alimentaire attendue en restauration collective
- Croyances et représentations
- Pourquoi et comment « Manger autrement » ?
- Bases d'une cuisine végétarienne : produits, modes opératoires, formats de plats et étapes de mise en place

#### JOURNÉE 2 - 8H30

Pratique : mettre en œuvre une offre alternative (végétarienne et mixte)

- Découvrir et s'appropriier la diversité de l'offre « alternative » et les familles végétales (céréales/légumineuses/oléagineux/graines sous toutes leurs formes, produits frais, complets et de saison)
- Quelles utilisations, quels modes opératoires, quelle valorisation, quelles adaptations en cuisine ? Quels repères nutritionnels ? Quelles déclinaisons au niveau de la cuisine centrale ?

#### JOURNÉE 3 (3H30)

- Croyances et représentation sur l'agriculture « durable et de qualité » (cf. loi Egalim)
- Présentation de l'agriculture biologique : cahier des charges, chiffres et filières locales
- Visite d'une ferme d'élevage diversifiée sur la production de protéines végétales



**DURÉE** 15h30 réparties sur 2,5 jours



**DATES** À définir



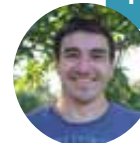
**PRÉ-REQUIS** Aucun



**LIEU** Sur le département (à définir)



**INTERVENANT·ES**  
Formateur en cuisine alternative



**Responsable de stage :**

David Lorgeoux – [restoco@gab44.org](mailto:restoco@gab44.org)  
– 02 40 79 76 76





# RESTAURATION COLLECTIVE

MARCHÉS PUBLICS EN GESTION CONCÉDÉE  
LIVRÉE ET SUR PLACE : DES POSSIBILITÉS  
POUR AMÉLIORER LA PRESTATION

Moins de formalités,  
plus d'opportunités !

NOUVEAUTÉ  
à partir du  
1<sup>er</sup> janvier 2019



## ● OBJECTIFS

- Poser le cadre réglementaire de la commande publique en gestion concédée
- Connaître et s'approprier les objectifs des lois EGAlim et Climat & Résilience
- Maîtriser et mettre en place les différentes étapes et documents d'un marché public de restauration collective
- Connaître l'offre sur le territoire (prestataires et productions)
- Identification des éléments clés permettant des approvisionnements bio, de qualité, durables et issus du territoire

## ● PUBLICS CONCERNÉS

Marchés publics de restauration collective  
Élu.es en charge des affaires scolaires

## ● MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

- La formation s'appuiera sur des :
- Contenus théoriques (quizz, ateliers / mise en situation...)
  - Animations participatives
  - Partage et échanges



## ● PROGRAMME

### Cadre réglementaire de la commande publique

- Définition et principes
- Textes et réglementations (passage en MAPA)
- Dernières évolutions

### Retours sur les Lois EGAlim et Climat & Résilience

- Approvisionnement
- Informations et communication
- Gaspillage alimentaire
- Emballage et plastique

### Méthodologie pour un marché public de restauration collective cohérent avec les ambitions de la collectivité

- Les différentes étapes
- Les différents acteurs à mobiliser/consulter
- Connaissance de l'offre sur le territoire (productions, filières qualité, prestataires)

### Analyse et suivi d'un marché public de restauration collective

- En lien avec les objectifs de la collectivité et des lois EGAlim et Climat & Résilience



**DURÉE** 18h réparties sur 3 jours



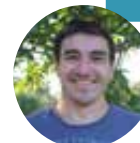
**DATES** Jeudi 17 Octobre (9h30-16h30)  
Jeudi 7 Novembre (9h30-16h30)  
Jeudi 14 Novembre (9h30-16h30)



**PRÉ-REQUIS** Aucun



**LIEU** Nozay ou sur le département de Loire-Atlantique (selon les inscrit-es)



### Responsable de stage :

David Lorgeoux – restoco@gab44.org  
– 02 40 79 76 76



# LE GAB 44

Créé en 1990, le Groupement des Agriculteurs-trices Biologiques de Loire-Atlantique (GAB 44) rassemble les agriculteurs-trices bio ou en devenir du département. Ensemble, elles-ils œuvrent pour développer la production biologique et la mise en place de filières équitables durables sur le département.

Le GAB 44 s'engage notamment sur des actions :

- de **communication et de sensibilisation** : Organisation ou participation à des événements pour sensibiliser le public, animations pédagogique auprès de scolaires et adultes sur le lien entre l'alimentation, la santé, l'environnement.
- **d'accompagnement à la mise en place de filières bio de proximité** : structuration de la filière bio locale, introduction de produits bio et locaux en restauration collective...

## FAVORISER L'ACCÈS DE TOUS·TES À UNE ALIMENTATION DE QUALITÉ

Les agriculteurs-trices bio promeuvent un développement solidaire, durable et cohérent de l'agriculture bio, au-delà du cahier des charges AB. Ainsi, elles-ils s'intéressent aux dispositifs qui favorisent l'accès de tous·tes à une alimentation de qualité (sensible ou non à la bio, personnes à faible revenu, ne se sentant pas légitime...).



### EXTRAIT DE LA CHARTE FNAB\*

#### « Pour une société plus humaine et solidaire »

L'agriculture biologique participe à un projet de société.

Il a pour but, à travers les moyens qu'il préconise, de redonner un sens aux actions quotidiennes de chacun, de relocaliser l'économie et de faire en sorte que l'humain en soit le cœur et non l'outil, de recréer un lien fort entre les villes et les campagnes, et de tisser un lien durable entre l'environnement, la santé et l'alimentation. Nous devons œuvrer ensemble à une société plus juste, plus harmonieuse et plus équitable. En un mot : solidaire. Il s'agit de travailler [...] sur la dimension populaire de l'accès à une alimentation de qualité, loin des injonctions élitistes au « bien manger » et commerciales du « prêt à manger ».

\*Fédération Nationale d'Agriculture Biologique, le réseau des GAB

Le **GAB 44** est dans une démarche de partage de réflexions, connaissances, outils sur l'alimentation, en lien avec des pratiques agricoles vertueuses pour l'environnement et le territoire.

- **Informer et communiquer** : des outils papiers et numériques à votre disposition
- **Sensibiliser et animer** : grâce à la pédagogie - catalogue d'animations, prêt d'expositions et panneaux, liste de films à diffuser, prestations d'animation
- **Valoriser vos actions et projets** : dans le cadre de campagnes de communication telles que le Printemps bio et Manger bio et local c'est l'idéal
- **Trouver des partenaires** : du réseau bio (producteurs-trices, transformateurs-trices, lieux de vente), mais aussi des intervenant-es en cuisine, nutrition, environnement...
- **Se former** : à travers le présent catalogue et des événements de mise en réseau
- **Changer vos pratiques** : introduction de produits bio et locaux.
- **Lancer un défi** Foyers à Alimentation Positive

PLUS D'INFOS À RETROUVER SUR  
[WWW.GAB44.ORG](http://WWW.GAB44.ORG)



# FORMATION AU GAB 44 : CERTIFICATION QUALITÉ

Le GAB 44 a obtenu le certificat de conformité au référentiel « Des engagements certifiés pour la « Formation des entrepreneurs du vivant ». Il est ainsi certifié pour les formations réalisées à destination des contributeur-trice-s et ayant-droits VIVEA.



Le GAB 44 a obtenu la certification qualité au titre de la catégorie d'action suivante : ACTIONS DE FORMATIONS.

Le GAB 44 met en œuvre 7 critères relatifs à la qualité des actions de la formation professionnelle :

- Les conditions d'information du public sur les prestations proposées, les délais pour accéder et les résultats obtenus
- L'identification précise des objectifs des prestations proposées et l'adaptation de ces prestations aux publics bénéficiaires, lors de la conception des prestations
- L'adaptation aux publics bénéficiaires des prestations et des modalités d'accueil, d'accompagnement, de suivi et d'évaluation mises en œuvre
- L'adéquation des moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement aux prestations mises en œuvre
- La qualification et le développement des connaissances et compétences des personnels chargés de mettre en œuvre les prestations
- L'inscription et l'investissement du prestataire dans son environnement professionnel
- Le recueil et la prise en compte des appréciations et des réclamations formulées par les parties prenantes aux prestations délivrées

A travers ce référentiel, le GAB 44 s'engage sur les caractéristiques suivantes :

- Des formations construites à partir du recueil et de l'analyse des besoins des stagiaires,
- Une offre de formation facilement accessible aux professionnel-les,
- Des méthodes de formation adaptées aux attentes des stagiaires assurées par des formateur-trices et des intervenant-es compétent-es et pédagogues,
- Une évaluation systématique de la satisfaction et des acquis des stagiaires,
- Un respect des procédures du financeur.



En 2023, 91 % des stagiaires ont déclarés être satisfait-es de la formation produite par le GAB 44.

Le référentiel de certification de services peut-être obtenu ou consulté auprès de SGS ICS - 29, rue Aristide Briand - 94 111 Arcueil Cedex - 01 41 24 86 54 - [www.fr.sgs.com/certification](http://www.fr.sgs.com/certification)



En fonction de votre handicap, nous pourrions envisager des adaptations des modalités pédagogiques, de même les différents lieux d'accueil pour nos formations ne sont pas systématiquement accessibles aux personnes à mobilité réduite. Les choix des lieux peuvent toutefois être adaptés en fonction de vos besoins.

Référent«Personne en situation de handicap» qui pourra répondre à vos questions et vous rediriger si besoin vers les interlocuteurs ou dispositifs adaptés du territoire : GAB 44 : Orienne - [formation@gab44.org](mailto:formation@gab44.org) - 02 40 79 46 57

## IELS ONT PARTICIPÉ À NOS FORMATIONS

### COLLECTIVITÉS



### ASSOCIATIONS SOCIO-CULTURELLES, EEDD



### ASSOCIATIONS SOCIALES, SOLIDAIRES



### ASSOCIATIONS CITOYENNES ASSOCIATIONS DE CONSOMMATEUR-TRICES







Pourquoi c'est compliqué de  
changer ses habitudes  
alimentaires



**GAB 44**

LES AGRICULTEURS BIO  
DE LOIRE-ATLANTIQUE

**GAB 44**

1 rue Marie Curie  
44170 NOZAY

02 40 79 46 57  
accueil@gab44.org  
www.gab44.org



MEMBRE DU RÉSEAU



Merci à nos partenaires financiers : l'État (Direction Régionale de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Forêt, Direction Régionale de l'Environnement, de l'Aménagement et du Logement, Agence Régionale de Santé), le Département de Loire-Atlantique, Nantes Métropole, la Communauté de communes Erdre et Gesvres et France Active.

