

**17/06/14**

**Villefranche/S.**

Outils pédagogiques

(Extrait du catalogue ADES à retrouver sur le site de l’ADES <http://www.adesdurhone.fr/docs-et-conseils/> )

1. **Q1220 - Délice de fruits et de légumes. Livret de recettes** (dossier pédagogique – 2013) IREPS Poitou Charente
2. Ce dossier s'adresse en priorité aux ateliers cuisine et à toutes structures d'aide alimentaire accueillant des personnes seules ou des familles, afin de valoriser les fruits et les légumes dans l'alimentation quotidienne.
3. Au-delà de la proposition de recettes à base de fruits et légumes, ce support a pour vocation de donner envie de cuisiner, de se faire plaisir en utilisant des recettes simples, à petits prix, accessibles à tous et sélectionnées selon des critères précis.
4. <https://drive.google.com/uc?export=download&id=0B1ej6nm0sCHkc19UcEFXdFM0Z1E>
5. *Public : précaire*

**K5020 - Manuel de cuisine pour tous** (dossier pédagogique – 2012) Les Anges Gardins

Le manuel de cuisine pour tous a été conçu pour initier chacun au plaisir simple de faire la cuisine pour lui même et pour ses proches. A l’aide de plus de 500 photos et croquis, ce manuel permet l'apprentissage, pas à pas, des « bases pratiques » d'une cuisine adaptée aux budgets serrés.

<http://terredopale.fr/manuel/cuisine/telecharger>

*Public : tout public*

**K5030 - Manuel des jardiniers sans moyens** (dossier pédagogique – 2011) Les Anges Gardins

Cet outil part de la conviction que tout le monde peut jardiner, malgré l’absence d’expérience, de terrain ou de moyens financiers. Il donne des conseils clairs et pédagogiques afin de permettre aux plus défavorisés de manger davantage de fruits et de légumes.

<http://terredopale.fr/manuel/jardiniers/telecharger>

*Public : tout public*

**K5010** - **Alimentation atout prix** (dossier pédagogique – 2006) INPES

Outil de formation et d’animation pour contribuer à faire de la préparation et du partage des repas un moment fort de réconciliation de la personne démunie avec elle-même et avec son environnement familial et social.

<http://www.inpes.sante.fr/10000/themes/nutrition/nutrition_classeur_alimentation.asp>

*Public : professionnel*

**Q2060 – PoussCADY** (jeu – 2009) Association POUSSCADY

A l'origine, crée pour aider les personnes à apprendre de façon ludique le français, il s'adresse aujourd'hui à tous. Il permet de travailler l'alimentation, et en particulier la consommation responsable, (lire les étiquettes,

gérer son budget...) le développement durable et le commerce équitable.

<http://pousscady.free.fr/accueil.htm>

*Public: tout public*

**Q1120** - **Tous à table!** (exposition (6 panneaux) – 2009) INPES, PNNS

Ces affiches faites dans le cadre du programme "Alimentation et Précarité" présentent certains conseils du PNNS: L'activité physique, la convivialité, l'eau, les fruits et les légumes, les céréales, les produits laitiers, Bouger, Convivialité, L’eau, Les fruits et légumes

<http://www.mangerbouger.fr/pro/social/agir-35/agir-pour-les-publics-en-situation-de-precarite-et-d-exclusion/outils-d-information-408.html>

+ **Calendriers du PAI**

<http://www.social-sante.gouv.fr/espaces,770/handicap-exclusion,775/dossiers,806/aide-alimentaire,2375/calendriers-du-pai,15514.html>

**Cuisiner malin ! Ville de Paris** (2012)

Ce petit livret à destination des populations les plus défavorisées. Au menu, de recettes simples, équilibrées et peu coûteuses.

<http://www.paris.fr/viewmultimediadocument?multimediadocument-id=113733>

**Fruits et légumes pour tous. Recueil d'expériences favorisant l'approvisionnement et la consommation de fruits et légumes des bénéficiaires de l'aide alimentaire** (dossier pédagogique – 2013) IREPS Languedoc-Roussillon

Ce document s'adresse aux acteurs de l'aide alimentaire. Il vise à les sensibiliser à la problématique de l'accès et de la consommation de fruits et légumes des bénéficiaires de l'aide alimentaire ; à les inciter à développer des actions favorisant l'accès et la consommation de fruits et légumes des bénéficiaires ; et à leur apporter des pistes d'actions expérimentées et la méthodologie pour les mettre en œuvre.

<http://draaf.languedoc-roussillon.agriculture.gouv.fr/IMG/pdf/recueil_d_experiences_fruits_et_legumes_pour_tous_v10sept_cle075d1f.pdf>

Internet

**La fabrique à menus. Manger Bouger**

<http://www.mangerbouger.fr/bien-manger/la-fabrique-a-menus.html#menu>

**Gaspillage alimentaire. Ministère de l’agriculture**

<http://alimentation.gouv.fr/gaspillage-alimentaire-campagne>

**Des conseils pour bien ranger votre frigo. Ministère de l’agriculture**

<http://alimentation.gouv.fr/ranger-son-frigo>

**Astuces et conseils anti-gaspi. CLCV**

<http://www.clcv.org/images/CLCV/fichiers/alimentation/Depliant-gaspalimentaire.pdf>

**Alimentation et petit budget** (revue ) CERIN

<http://www.cerin.org/publications/alimentation-et-petit-budget.html>

Structure

**GESRA** (Groupement des Épiceries Sociales et Solidaires Rhône-Alpes)

c/o Locaux Motiv' 10 bis rue Jangot 69007 LYON

09 72 36 15 90

<http://www.gesra.org/>