



Contenu de la malle alimentation « De mon assiette à la planète » 12-18 ans Projet EnviroDoc

Documents pédagogiques

• À table!

Dossier pédagogique accompagné de 16 portraits de familles du monde entier pour aborder l'alimentation sous tous ses angles (nutrition, santé, environnement, économie, inégalités Nord-Sud...) et plus particulièrement les différences culturelles qui orientent nos choix alimentaires.

> Ed. Alliances Sud, 2007. 24€ + frais de port et douane. (12-18 ans et +)

> Diffuseur : Fondation Education et Développement - Suisse (Achat) T : +41 (0)21 612 00 81, fed@globaleducation.ch - <http://www.globaleducation.ch>

Culture et santé (En prêt) T : 02 558 88 10 - info@cultures-sante.be - www.cultures-promosante.be

• AlimenTerre découvrir comprendre s'engager

Dossier pédagogique proposant des activités ludiques (jeux de rôle, activités pratiques...) sur le droit à l'alimentation. Ces activités permettent d'aborder la problématique de la faim dans le monde et d'élaborer de nombreux prolongements pour démarrer un projet d'éducation au développement.

> Ed. CFSI - Comité Français pour la Solidarité Internationale, 2004. Gratuit (13-18 ans)

> Diffuseur: CFSI – France – T : +33 (0)1 44 83 88 50 - info@cfsi.asso.fr - <http://www.cfsi.asso.fr>

Aussi, un recueil d'outils d'éducation au développement (sites Internet, livres, animations, films documentaires) vient compléter le dossier pédagogique.

> Ed. SOS Faim Bruxelles 2008 Gratuit (12-18 ans et +)

> Diffuseur : SOS Faim pfo@sosfaim.org T : +32(0)2 548 06 70 téléchargeable sur www.sosfaim.be > espace pédagogique

• Souveraineté alimentaire : L'affaire de tous

Au travers de jeux de rôle, de simulation, de plateau et d'activités ludiques (atelier cuisine...), ce dossier pédagogique permet d'aborder les enjeux de l'alimentation et des relations Nord-Sud : inégalités, insécurité alimentaire, politiques agricoles, commerce alimentaire mondial... Au-delà de l'activité proposée, des pistes de prolongement sont également proposées.

> Ed. CNCD – Centre National de Coopération au Développement 2000 (12-18 ans)

> Le dossier est épuisé.

• L'huile tropicale

Ce dossier pédagogique permet de mieux comprendre la problématique des plantations de palmier à huile et de soja et de prendre conscience de l'impact de nos comportements de consommateurs au niveau écologique et social au delà de nos frontières, au travers de textes et d'activités diverses.

>Ed. WWF Suisse 2004 Gratuit (12-18 ans)

> Diffuseur : WWF Téléchargeable sur assets.wwf.ch/pub/dossierpedagogique/huilepalmetsojaf.pdf

- **Qu'il y a-t-il dans mon assiette?**

Ce dossier pédagogique est composé de deux parties : une partie réflexion sur notre alimentation de tous les jours et son impact sur notre santé et notre environnement avec des fiches de travail pour faire l'état des lieux de nos comportements alimentaires et une partie recettes. Le dossier permet une approche générale des enjeux liés à l'alimentation

> Ed. WWF Suisse 1997 12€ (12-16 ans)

> Diffuseur : WWF Suisse T:00 41 (0) 22 939 39 90 service-info@wwf.ch

- **Je consomme donc je suis...citoyen du monde ! Les additifs**

Ce petit outil est composé de deux parties : une fiche théorique qui permet de mieux connaître ce qui se cache derrière les termes « additifs alimentaires » et un module d'animations pour faire émerger les représentations sur le sujet (choix alimentaires, goûts et dégoûts) et se familiariser avec la listes des ingrédients qui compose un aliment. Cet outil est une amorce pour approfondir la question de la qualité de notre alimentation et peut déboucher sur une réflexion sur l'organisation de notre société, l'alimentation biologique...

> Ed . Education Environnement Gratuit (12-18 ans)

> Diffuseur : Education Environnement T : 04 250 75 10 info@education-environnement.be

Téléchargeable sur : http://www.education-environnement.be/txt_services/infodoc.php

- **L'alimentation en classe, l'environnement au menu**

Guide pédagogique présentant l'impact de l'alimentation sur l'environnement et les liens avec l'école ; une série de pistes concrètes d'amélioration, des outils et des activités pédagogiques à mener avec la classe et l'école y sont proposés.

> Ed. IBGE – Bruxelles Environnement 2009 Gratuit (12-18 ans)

> Diffuseur : IBGE 02/775 76 28 Téléchargeable sur : www.bruxellesenvironnement.be rubrique écoles > alimentation > outils pédagogiques

- **Améliorer l'offre en matière d'alimentation saine dans les écoles et les collectivités**

Guide présentant des projets mis en place dans diverses écoles en Communauté française et en Communauté germanophone pour offrir une alimentation plus équilibrée aux élèves au sein des cantines scolaires.

> Ed. Fondation Roi Baudouin 2008 Gratuit

> Diffuseur : Fondation Roi Baudouin T : 070/233.728 publi@kbs-frb.be

Téléchargeable sur : <http://www.kbs-frb.be/publication.aspx?id=235906&LangType=2060>

- **Éduquer à l'alimentation**

Cahier technique permettant d'appréhender les thèmes et enjeux de l'éducation à l'alimentation et donnant de nombreuses pistes d'activités et d'actions éducatives. Les thèmes de la nutrition, de la santé, de la consommation, de l'hygiène y sont plus particulièrement développés.

> Ed. ARENE et Bergerie Nationale 2008 Gratuit

> Diffuseur : ARENE Téléchargeable sur : <http://www.areneidf.org/fr/Eduquer-a-lalimentation-249.html>

- **Symbioses n°63 : La planète dans son assiette**

Magazine de l'Education relative à l'environnement proposant des ressources et des pistes pédagogiques sur le thème de l'alimentation durable.

> Ed. Réseau Idée asbl Information et Diffusion en Education relative à l'Environnement 2004

> Diffuseur : Réseau Idée – Symbioses info@symbioses.be Téléchargeable sur : <http://www.symbioses.be/consulter/63/>

- **Polypode n°10 : A table!**

Revue d'éducation à l'environnement en Bretagne proposant un dossier sur le thème de l'alimentation,

des actions pédagogiques, des témoignages, des références bibliographiques...

> Ed. Réseau d'Éducation à l'Environnement en Bretagne 2007 6€ + 1€ frais de port

> Diffuseur : REEB contact@reeb.asso.fr <http://www.reeb.asso.fr/>

- **Éduquer à l'environnement**

Petit guide d'informations faisant la synthèse des différents thèmes liés à l'environnement, des approches différentes de l'éducation à l'environnement et d'exemples pour se lancer dans l'action.

> Ed. Nature & Découvertes 1€

> Diffuseur : Nature & Découvertes www.natureetdecouvertes.com

Jeu

- **Le jeu de la ficelle**

Le jeu de la ficelle est un jeu interactif qui permet de représenter par une ficelle les liens, implications et impacts de nos choix de consommation et met en lumière les relations entre notre assiette et diverses problématiques comme la qualité de l'eau, les conditions de travail au Sud, la malnutrition, le réchauffement climatique... Il est important de réserver un moment d'échange et de débat à la fin du jeu.

> Ed. Quinoa, Rencontres des Continents, Solidarités socialistes □ 2007-2008 30€ (12-18 ans)

> Diffuseur : Quinoa, 02 893 08 70 info@quinoa.be <http://www.quinoa.be> et Rencontres des Continents, 02 734 23 24 info@rencontresdescontinents.be . Ces deux associations organisent au moins 2 fois par an des formations à l'usage de ce jeu.

Albums jeunesse

- **La bouche pleine, poèmes pressés**

Des textes courts, des poèmes, des jeux de mots sur le plaisir de la nourriture et les rapports que l'ont entretien avec celle-ci. Des poèmes à lire, à dire et, pourquoi pas, à réinventer en partageant un repas, une collation, une boisson ?

> Ed. Editions Milan Poche Junior 2008 4,60€ (9-12 ans)

> Diffuseur : En librairie

Ouvrages jeunesse documentaires

- **Une seule Terre pour nourrir les hommes**

Un bel ouvrage qui fait la part belle à la photographie pour nous emmener et nous questionner sur notre agriculture, nos modes de consommations et tenter de retisser le lien entre la terre et notre assiette. Décliné en 3 parties : voir (images), comprendre (textes) et agir (pistes d'actions), cet ouvrage permet de multiples exploitations.

> Ed. Gallimard Jeunesse 2009 17€ (10-12 ans)

> Diffuseur : En librairie

- **L'alimentation et l'environnement : TUNZA magazine**

Ce numéro de TUNZA se penche sur notre alimentation et les questions qui y sont liées : qualité de notre

alimentation, provenance des aliments, conditions de production, faim dans le monde... Le magazine se veut être un magazine pour, sur et par les jeunes. Les articles y sont donc rédigés sur un ton compréhensible mais pas simpliste et offrent de l'information et des conseils pour réduire l'impact néfaste de notre alimentation sur l'environnement.

> Ed. Programme des Nations Unies Environnement (PNUE) 2009 Gratuit (12-18 ans)

> Diffuseur : PNUE Téléchargeable sur <http://www.unep.org/Publications/contents/Tunza.asp>

- **Atlas de l'alimentation dans le monde**

Sous forme de cartes, cet ouvrage nous présente l'évolution de nos pratiques alimentaires de la production agricole à la consommation en passant par le commerce. Carte du monde de l'élevage industriel, de l'aide alimentaire, des réserves d'eau potable, de la restauration rapide, de l'évolution du régime alimentaire... Autant de cartes thématiques qui offrent une mine d'informations et un éclairage sur les enjeux liés à l'alimentation sous un angle géopolitique.

> Ed. Autrement 2003 (15-18 ans)

> L'ouvrage est épuisé.

- **L'alimentation dans le monde**

« Aujourd'hui, plus de 950 millions de personnes ne mangent pas à leur faim ». C'est au départ de ce constat interpellant que ce livre dresse le panorama de la situation alimentaire dans le monde et aborde les différentes solutions possibles pour en sortir. De nombreuses photos, cartes et graphiques aident à la compréhension.

> Ed. Larousse 2009 9,50€ (14-18 ans)

> Diffuseur : En librairie

- **Bon appétit - L'alimentation dans tous les sens**

Pourquoi mange-t-on ? Qu'est-ce qui se trouve dans notre alimentation ? Que mange-t-on ailleurs et comment ? Un livre destiné aux ados, qui répond à ces questions avec plein d'infos, de conseils et d'anecdotes pour mieux comprendre notre système digestif, les aspects culturels de notre alimentation ou encore l'équilibre alimentaire avec un graphisme moderne, coloré et attractif.

> Ed. Bayard Jeunesse, Cité des Sciences et de l'Industrie 2010 12,70€ (12-14 ans)

> Diffuseur : En librairie

- **Les pieds dans le plat, la face cachée de notre alimentation - Les carnets de Timéo.**

Ce carnet de voyage emmène le lecteur à la rencontre de ceux qui nourrissent les hommes (paysans, agriculteurs, éleveurs...) en France mais aussi à l'autre bout de la planète pour mieux comprendre d'où vient notre alimentation et comment tant de gens meurent encore de faim à l'heure actuelle. Un ouvrage bien illustré et très dense en information pour aborder la souveraineté alimentaire et aller plus loin en imaginant des pistes d'actions concrètes.

> Ed. Elka 2007 9,80€ (12-16 ans)

> Diffuseur : En librairie

- **Des bulles sur les marchés agricoles**

Une bande dessinée engagée qui raconte l'histoire de Lee, paysan sud-coréen ou encore la rencontre entre une agricultrice suisse et un aviculteur au Cameroun pour aborder la situation agricole et alimentaire mondiale. Mais aussi, comprendre le lien entre la pauvreté rurale et la libéralisation des marchés agricoles et présenter les conditions nécessaires à la construction de la souveraineté alimentaire. Des pistes d'exploitation pédagogiques sont proposées en fin d'ouvrage sous forme de textes, jeux et activités et les notions et termes compliqués sont repris dans un lexique.

> Ed. GRAD 2005 13,50€ (12-18 ans)

> Diffuseur : GRAD France 228 rue du Manet, 74130 Bonneville +33 (0) 450 97 08 85 www.grad-france.org

DVD

• C'est pas sorcier : Nourrir la planète

Ce DVD documentaire se compose de 4 émissions différentes. Chaque émission peut se regarder indépendamment des autres bien qu'elles se complètent :

- Pesticides : Attention danger : On y découvre l'utilisation massive de pesticides dans l'agriculture « conventionnelle », le pourquoi de leur utilisation, les rendements, les effets sur les paysages et sur la qualité de la terre, mais aussi sur notre santé...
- Bio et compagnie, vers une autre agriculture : Quelle est la différence entre l'agriculture dite « conventionnelle » et celle dite « bio » ? Quelles sont les particularités de l'agriculture bio ? Une émission qui répond clairement à ces questions, complète la première sur les pesticides et invite à s'interroger sur notre consommation.
 - Ces émissions peuvent être complétées par l'ouvrage « Le bio dans votre assiette » (repris dans « Documents d'information et plaquettes ».)
- La pêche : les poissons ont le mal de mer : Comment le poisson se retrouve-t-il dans nos assiettes ? D'où vient-il ? Comment le pêche-t-on ? Il y aura-t-il toujours autant de poisson ? Une émission consacrée à la (sur) pêche et à ses conséquences sur les écosystèmes.
- La pisciculture : des poissons bien élevés ? : Elevage de bars, de turbots... est-ce la solution pour éviter la surpêche et le dépeuplement de la mer ? L'émission détaille le fonctionnement d'un élevage de poissons.

> Ed. France Télévision 2009 15€ (8-12 ans)

> Diffuseur : la médiathèque www.lamediatheque.be (prêt), en magasin (achat).

• We feed the world

Un film sur la production alimentaire mondiale et ses dérives qui présente un constat alarmant au travers de reportages et d'interview (pauvreté des pays producteurs, dangers pour les éco-systèmes et les ressources naturelles, complexité des mécanismes économiques en place). Le documentaire ne propose pas de solutions concrètes mais suscite le questionnement chez le téléspectateur en tant que consommateur. Un court dossier pédagogique pour aider à l'exploitation du DVD est téléchargeable sur http://www.zerodeconduite.net/wefeedtheworld/dossier_pedagogique.htm

> Ed. Montparnasse 2008 20€ (dès 14 ans)

> Diffuseur : En prêt à la médiathèque www.lamediatheque.be En magasin

Documents d'information et plaquettes

• Les yeux sur le plat : un parcours en image de la graine à l'assiette

Sélection de médias de la graine (sur les questions de biodiversité, de préservation du sol, d'intrants chimiques, de pollution), à l'assiette (santé, goût, cuisine et terroirs), en passant par l'agriculture (la production, l'alimentation mondiale et le travail de l'agriculteur, la question de l'industrie alimentaire et des OGM). Cette sélection propose une fiche descriptive pour chaque média comprenant une description de son contenu et un avis détaillé avec indication des objectifs, du public auquel il s'adresse ainsi que des conseils d'utilisation.

> Ed. La Médiathèque 2010 Gratuit

> Diffuseur : la médiathèque 02/737.19.30

Téléchargeable sur http://www.lamediatheque.be/ext/thematiques/environnement/pub_yeux.html

- **Veaux, vaches, cochons, couvées : Qu'est-ce qu'on mange ?**

Les animaux qui nous nourrissent, qui sont-ils et quelles sont leurs filières d'élevages? Ce guide (lié à une exposition du même nom au Pass – Parc d'aventures scientifiques) fournit de nombreuses informations sur les origines de l'élevage, les types d'animaux qu'on élève, ce qu'ils nous donnent (viandes ou produits dérivés), ce qu'ils mangent... Il permet aussi une réflexion sur les dérives de l'élevage industriel et propose quelques pistes d'exploitation pédagogiques.

> Ed. Pass – Parc d'aventures scientifiques 2003-2004 2€

> Diffuseur : Pass T : 070.22.22.52 ou pass@pass.be www.pass.be

- **Fiches pratiques Alimentation et environnement**

Halte au gaspillage alimentaire ! C'est le maître mot de ses fiches pratiques sur l'alimentation et l'environnement. Chaque fiche propose une recette simple et adaptée aux saisons, des conseils anti-gaspi (accommoder les restes, faire une liste de courses...), des informations sur les substituts de viande, les valeurs nutritives des aliments et leur conservation, l'empreinte écologique de notre alimentation...

> Ed. IBGE – Bruxelles Environnement 2009 Gratuit

> Diffuseur : IBGE – Bruxelles Environnement 02/775 76 28 Téléchargeable sur : www.bruxellesenvironnement.be rubrique Particuliers > Gestes Pratiques > Mon alimentation > Halte au gaspillage !

- **65 conseils pour se régaler en respectant l'environnement**

Un petit guide pratique bilingue (français-néerlandais) pour aider à mieux choisir son alimentation en privilégiant les produits belges, de saison, bios et peu emballés, des astuces pour mieux conserver plutôt que de jeter et comment se faire plaisir sans se ruiner !

> Ed. IBGE – Bruxelles Environnement 2008 Gratuit

> Diffuseur : IBGE 02/775 76 28 Téléchargeable sur : www.bruxellesenvironnement.be rubrique Particuliers > Gestes Pratiques > Mon alimentation > Halte au gaspillage !

- **Le bio dans votre assiette**

Qu'est-ce que le bio ? Pourquoi manger bio ? Quel futur pour le bio ? Où acheter bio ?... Autant de questions auxquelles ce petit guide d'information sur l'alimentation biologique tente de répondre. Le guide est français, alors pour la rubrique « Où acheter bio ? », vous pouvez aussi vous référer au « Biotin » (repris dans la bibliographie).

> Ed. Nature & Découvertes 1€

> Diffuseur : Nature & Découvertes www.natureetdecouvertes.com

- **Fruits et légumes bio de Wallonie : A croquer toute l'année !**

Un calendrier des fruits et légumes bio de Wallonie, tout en images accompagné d'une brochure explicative : pour chaque mois, une double page décrivant plus en détail certains fruits et légumes, une recette pour les cuisiner ainsi que les diverses possibilités de préparation. Enfin, la liste des maraîchers et arboriculteurs bio de Wallonie.

> Ed. Nature & Progrès 2007 Gratuit

> Nature & Progrès Belgique Noëlle Leroy 081/32.30.57 natpro.encadrement@skynet.be

Téléchargeable sur : <http://www.natpro.be/coindesproducteurs/calendrierdesfruitslegumes/index.html>

- **Des gaz à effet de serre dans mon assiette?**

Plaquette illustrée reprenant l'itinéraire d'un steak haché (de l'élevage du bœuf à la consommation du steak) pour comprendre l'impact sur le climat de notre consommation de viande. L'effet de serre et les changements climatiques y sont brièvement expliqués et des chiffres clairs et évocateurs sont fournis (ex : manger 1kg de veau équivaut à parcourir 220km en voiture !).

> Ed. RAC - Réseau Action Climat France Gratuit

> Diffuseur : RAC – France T : + 33 (0) 148588392 info@rac-f.org www.rac-f.org

- **Composter pour réduire ses déchets**

Guide pratique bilingue (français-néerlandais) des différentes techniques de compostage en vue de réduire ses déchets ménagers. Pour tout savoir sur le compostage au jardin, le vermicompostage sans jardin ou mettre en place un système de compostage dans son quartier et/ ou avec ses voisins !

> Ed. IBGE – Bruxelles Environnement 2008 Gratuit

> Diffuseur : IBGE T : 02/775 76 28 Téléchargeable sur : www.bruxellesenvironnement.be rubrique Particuliers > Gestes Pratiques > Mon jardin > Composter les déchets verts > Qui peut me conseiller ?

- **Cuisine buissonnière**

Bien plus qu'un simple livre de recettes, cet ouvrage propose de découvrir les plantes sauvages de nos régions, d'apprendre à les reconnaître, les cueillir (sans risquer l'intoxication !), les respecter et... les cuisiner ! Ces « mauvaises » herbes y sont décrites et dessinées pour une meilleure identification, quelques anecdotes et des recettes sont expliquées (gelée d'orties et autre café de pissenlit).

> Ed. Fédération des clubs CPN (Connaître et protéger la nature) 2005 9,95€

> Diffuseur : FCPN – France +33 (0) 3 24 30 21 90 fcpn@wanadoo.fr www.fcpn.org

- **Dring! Soft drinks!**

Ce document, bien que datant de 1994, offre un éclairage intéressant sur la consommation de sodas chez les jeunes et ses effets sur la santé et l'environnement. La question du goût, de l'effet de groupe et de la publicité qui influencent les choix alimentaires des jeunes, l'incidence du sucre sur la santé et des déchets sur l'environnement... toutes ces questions y sont abordées de manière claire. Quelques récents articles du Centre de Recherche et d'Information des Organisations de Consommateurs (CRIOC) complètent utilement ce document.

> Ed. Fondation Environnement Santé Consommation 1994

> Diffuseur : Le dossier est épuisé

- **Fiches conseil Ecoconso N°125, 127, 150, 152, 157**

5 fiches conseil issues de la série des fiches éditées par Ecoconso qui offrent des clés de compréhension pour décortiquer notre consommation alimentaire : gaspillage, consommation de viande ?, poisson durable, bio, local ou équitable ou encore l'alimentation durable. Autant de thème développés chiffres et exemples à l'appui pour mieux choisir son alimentation.

> Ed. Ecoconso 2005-2008 Gratuit

> Diffuseur : Ecoconso T : 081/730.730 info@ecoconso.be Téléchargeable sur www.ecoconso.be

- **OGM, non merci! Oui à la biodiversité!**

Un petit guide qui permet d'y voir plus clair sur ce qu'est un OGM et qui pointe les effets néfastes des OGM utilisées dans l'agriculture sur l'environnement (dissémination, perte de biodiversité), sur la santé humaine (allergies, risques génétiques) et sur l'agriculture biologique. Un ouvrage engagé qui nous livre une position et des arguments anti-OGM tranchés.

⇒ Remarque : l'ouvrage datant de 2002, il peut être intéressant de le compléter par des articles et/ou informations plus récentes en matière de législation sur les OGM (voir dans notre bibliographie).

> Ed. Nature & Progrès 4,90€ 2002

> Diffuseur : Nature & Progrès T : 081/32.30.51 natpro.librairie@skynet.be www.docverte.be

- **La production d'OGM et les rapports Nord-Sud : connaître les enjeux pour choisir une consommation responsable**

A qui profite le génie génétique ? Le processus de fabrication des OGM est-il suffisamment maîtrisé ? A quelles informations avons-nous accès en tant que consommateur ? Le dossier tente de répondre à ces questions en abordant les enjeux liés aux OGM sous l'angle du social, de l'environnemental et de l'économique (tout en laissant des questions en suspens, comme matière à débattre).

> Ed. Réseau des Consommateurs Responsables 2000

> Diffuseur : Epuisé