



## Propositions activités complémentaires aux programmes scolaires

Pic'assiette est une association engagée dans l'**Éducation** à l'Environnement vers un Développement Durable et en particulier dans l'éducation à l'alimentation citoyenne et à l'agriculture durable **en lien avec notre santé, notre territoire, notre économie et l'environnement.**

De l'éducation à l'accompagnement de projets, Pic'assiette s'adresse à tous les publics désireux de mieux comprendre le chemin parcouru par nos aliments, du champs à l'assiette.

Ses actions s'intègrent dans les programmes scolaires et les schémas territoriaux à travers les axes santé, environnement et alimentation (PRSE2, Programme régional Alimentation, HQA en cantine, Agenda 21 en collectivité. Action Un fruit à la récré en écoles.. )

L'association vous propose des interventions modulables en fonction du projet que vous souhaitez réaliser.

Nous restons à votre écoute, n'hésitez pas à nous contacter.

183 av de Montpellier  
34270 Claret  
Tel : 06 60 54 47 90  
[contact@picassiette.org](mailto:contact@picassiette.org)

siret 527 583 231 00024



## Balade «Le potager des garrigues »

« Lecture de paysage »

*Paysages-Développement durable Territoire  
Approche sensible de l'aliment et des paysages*

Invitation à la découverte des garrigues et à la diversité des richesses que ce territoire offre. Éveiller ses sens et observer les paysages, le temps d'une promenade en pleine nature, pour découvrir les richesses d'un territoire, le travail des hommes (producteur, agriculteur) et celui de la nature (plantes aromatiques, salade sauvages...). Réfléchir aux questions d'alimentation, d'aménagement des espaces, pour mieux appréhender le concept de développement durable.

### Objectifs :

- découvrir les paysages qui nous entourent
- observer et manipuler les éléments de la nature comestible
- aborder la lecture du paysage et aborder les notions de consommation lié à l'usage de l'espace, habitat, loisirs, - agriculture - alimentation
- découvrir les richesses du patrimoine local (produits alimentaires du territoire)
- appréhender plus généralement les enjeux du développement durable d'un point de vue économique, social, environnemental

### Notions abordées:

- agriculture d'hier et d'aujourd'hui
- plantes cultivées- plantes sauvages- spontanées
- diversité des saveurs, astringent, doux, piquant, amer...
- diversité alimentaire actuelle: appauvrissement des saveurs, du goût face aux aliments transformés

### Outils:

- approches sensibles
- lecture du paysage

Cycle 2 - cycle 3

### Déroulé :

1 journée ou 2 demi journées

1er temps : observation-lecture de paysage – du général au détail-

Selon le projet choisi en lien avec l'enseignant récolte des plantes sauvages ou focus sur les cultures présentes. Rencontre avec un acteur du paysage (vigneron, berger, maraîcher.....

2ème temps : Retour en classe, sur les récoltes, sur les cultures, sur la lecture

Préparation du rendu : herbier, sirops, élaboration d'un dessin triptyque

**Réalisations possibles** : herbier, recettes, dessins paysages observés présenté ou pas lors d'une journée commune.

Association Pic'Assiette

183 av de Montpellier  
34270 Claret  
Tel : 06.60.54.47.90

[contact@picassiette.org](mailto:contact@picassiette.org) [www.picassiette.org](http://www.picassiette.org)

# Ateliers découverte au fil des saisons

« **Éveil sensoriel**

« *Légumes biscornus méconnus*»

« **Diversité alimentaire - Découverte des aliments**»

**Alimentation-saisonnalité-agriculture**

## La découverte des aliments

Favorise l'ouverture à la diversité alimentaire (variétés anciennes) et l'éveil au goût.  
Comment poussent les légumes? Quelles sont les différentes parties comestibles des légumes?  
(racine, tige, feuille, fruit)

Devinette pour mieux connaître les aliments: forme, couleur, partie consommée, goût, saison, origine, utilisation culinaire...

## L'éveil sensoriel

Mise en situation autour des différents fruits et légumes

L'approche sensorielle fait appel à tous nos sens. Chaque aliment a une histoire. Prendre le temps d'observer avant de manger, puis d'analyser avant d'avalier. Quelles sont les sensations en bouche, sur la langue etc...?

## Objectifs :

- découvrir le monde qui nous entoure
- s'éveiller à la diversité alimentaire, enrichir son vocabulaire
- donner des repères temporels,
- aborder le monde du vivant- stade de développement des végétaux- cycle de vie

## Déroulé :

2h30

1ère approche découverte des aliments- cycle de la graine à l'aliment

2ème approche sensorielle -

Réalisation de petites expériences culinaires simples (jus à base de légumes et fruits)

Cycle 2 et 3

**Cycle 3 possibilité de vivre « le marché en cours » jeu de rôle, tour à tour les élèves seront producteurs, consommateurs pour mieux comprendre les mécanismes de production et de vente.**

# La route des déchets Réduire, réutiliser, recycler

## Origine des déchets alimentaires - gaspillage - transformation

« atelier faire soi même »

L'objectif des animations proposées est de sensibiliser à la prévention des déchets et au gaspillage alimentaire.

Les méthodes d'apprentissage proposées permettent l'acquisition de savoirs, savoirs-faire et savoirs-être, visant à l'adoption de comportements éco-citoyens liés aux questions des déchets issus de notre consommation alimentaire

### Objectifs :

- se questionner sur la nature des déchets
- analyser des déchets/ poubelle jaune
- acquérir des réflexes et comportement citoyen

### Notions abordées :

déchets alimentaire, matière organique  
compost, cycle du vivant

### Déroulé :

#### ½ journée :

Introduction

Analyses des déchets alimentaires

2 ateliers en parallèle : 1h15' par groupe classe

Introduction à la notion du "fait soit-même"

Qu'est ce qu'un déchet alimentaire ?

Analyse des emballages alimentaires - peut' on réduire nos déchets ?

2) Atelier compost

Quels sont les déchets alimentaires de nature organique ?

Qu'est ce qu'un compost ? À quoi il sert ?

### Prolongement possibles

Mise en place d'un tri au sein de la cantine- récupération des fruits

Réalisation d'un compost

Depuis 2012, l'association Pic'assiette intervient dans les différentes écoles de la communauté de communes Grand Pic Saint Loup, Montpellier, et plus largement sur l'ensemble de l'académie de Montpellier.  
L'association Pic'assiette fait partie des Réseaux d'Éducation à l'Environnement . Coopere 34, MNE RNE 30, du Réseau régional éducation au Goût initié par la DRAAF- Direction Régionale de l'Alimentation de l'Agriculture et la Forêt.

Contacts :

Françoise Viala : 06 60 54 47 90



*Nos ateliers sont réalisés à partir de fruits et légumes invendus rachetés aux producteurs ou produits locaux, le plus possible issus de l'agriculture biologique et de saison.*