



Le Département de la Lozère  
a été labellisé  
**Projet  
Alimentaire  
Territorial**  
en juin 2021,  
avec le soutien financier de



La Lozère a du goût !



Descriptif des ateliers pédagogiques à destination de la restauration collective et bulletin d'inscription  
Pour une restauration saine et durable

## Lien alimentation et santé (code 3)

### Objectifs de la journée

- Comprendre comment nos environnements et notre alimentation interviennent sur notre santé
- Identifier les environnements chimiques qui impactent notre quotidien (molécules cancérigènes et perturbateurs endocriniens), les recenser et proposer d'autres solutions aux produits ultra-transformés, aux contenants plastiques et produits d'entretien. (exercice pratique d'identification dans les réserves de la cuisine et les frigos)
- Renforcer sa qualité alimentaire grâce à l'utilisation de produits biologiques, adaptée à une approche de cuisine de marché, favorisant les produits bruts et de saison
- Mettre en œuvre et réaliser certaines préparations « test », en expérimentant des pratiques reproductibles dans sa cantine
- Notre rapport au sucre : comprendre les différentes sources d'énergie pour les activités de notre corps, comprendre les effets des différents sucres et les organes concernés, les dysfonctionnements éventuels et l'addiction
- Sucre blanc, sucre complet : quelle différence ? Sous quelle forme pouvons nous consommer le sucre ? Quelle est l'offre proposée ? Comment utiliser le sucre en fonction des différents publics de la restauration collective ?

**Intervenante** : Mme Caroline GAGNIERE, Naturopathe, CPIE de Lozère (REEL48)

### Déroulement de la journée (8h30-16h30)

Concernant le déroulé de ces journées d'animation, la matinée sera dédiée à une phase pratique avec préparations culinaires qui seront consommées par les participants pendant la pause méridienne. L'après-midi sera dédiée à une phase théorique.

### Public cible de la journée

- Cuisiniers
- Gestionnaires/ responsables des achats
- Elus
- Personnel de service
- animateurs/éducateurs de groupe autonome en établissement médico-social
- Agents responsables de la vie scolaire



Le Département de la Lozère  
a été labellisé  
**Projet  
Alimentaire  
Territorial**  
en juin 2021,  
avec le soutien financier de



La Lozère a du goût !



Descriptif des ateliers pédagogiques à destination de la restauration collective et bulletin d'inscription  
Pour une restauration saine et durable

## INSCRIPTION

### ATELIER 3 « Alimentation et santé »

Bulletin à transmettre à la Direction Générale Adjointe Solidarité Territoriale à l'adresse  
mail : [solidariteterritoriale@lozere.fr](mailto:solidariteterritoriale@lozere.fr)

OU inscription en ligne sur [agrilocal48.fr](http://agrilocal48.fr) (page d'accueil)

NOM : .....

Prénom : .....

Etablissement : .....

Fonction : .....

Téléphone : .....

Mail : .....

#### Session demandée (cocher la case)

- ☐ 30 août 2023 à Florac (collège des Trois Vallées)
- ☐ 24 octobre 2023 à Mende (Lycée Chaptal)
- ☐ 25 octobre 2023 à Marvejols (collège Marcel Pierrel)

Merci de préciser vos attentes concernant cet atelier :

.....

.....

.....