



Pour faciliter la prise en main de certains outils, **9 vidéos « formation » ont été créées.** Ces vidéos courtes, de moins de 3 minutes vont permettre de mieux appréhender le contenu de la malle. Elles seront visionnables via le site de téléchargement :

- Draw my malle - A la bonne fr'enquête
- Présentation de la malle A la bonne fr'enquête
- La posture de l'animateur
- L'outil : Il était une fois une graine
- Les outils : Inspecteur fourchette et Food to go
- L'outil : Eau'verdose
- L'outil : Courses en folie !
- L'outil : Ne loupe pas l'étiquette
- L'outil : Je mange donc je suis



Licence CC by SA : L'association Au Fil des Séounes autorise toute utilisation de l'œuvre originale (y compris à des fins commerciales) ainsi que la création d'œuvres dérivées, à condition qu'elles soient distribuées sous une licence identique à celle qui régit l'œuvre originale et que la paternité de l'œuvre originale soit citée, en l'occurrence l'association Au Fil des Séounes.



Qui a créé cette malle ?



Au Fil des Séounes est une association qui œuvre depuis 2001 à l'éducation à l'environnement et la citoyenneté en Lot-et-Garonne.

Nos objectifs sont la préservation de l'environnement, la sensibilisation à l'écologie, le développement de l'esprit citoyen et solidaire, et l'organisation de toute action visant à promouvoir la transition écologique.

Nous avons travaillé sur la conception de cette malle avec un groupe d'ingénierie composé de 5 structures :

- L'association Les Petits Débrouillards (33)
- L'association Écocène (64)
- L'association Les Enfants du Pays de Beleyme (24)
- L'Instance Régionale d'Éducation et de Promotion de la Santé pour tous (IREPS) – Antenne de Nouvelle -Aquitaine (47)
- L'auto-entreprise A la découverte de savoirs oubliés (47)



CONTACT
ASSOCIATION AU FIL DES SEOUNES
 92 allée du Foirail
 47 270 La Sauvetat-de-Savères
 05.53.95.12.99 | info@aufildesseounes.fr



A la bonne fr'enquête

Un outil pour sensibiliser à une alimentation saine et durable



A la bonne fréquence a été imaginée comme une « boîte à outils » ou une « malle au trésor ». Elle est composée d'un ensemble d'outils hétéroclites qui vont pouvoir être utilisés dans diverses situations et pour différents publics.

OBJECTIFS :

- Donner accès à une éducation à l'alimentation saine et durable par tous et pour tous
- Offrir la possibilité de faire des choix éclairés
- Questionner pour développer l'esprit critique au quotidien



PRODUIRE POUR SE NOURRIR : pour permettre d'appréhender la manière dont les aliments que nous consommons sont produits.

- Il était une fois une graine : un jeu de carte sur le cycle de vie des végétaux.
- A chacun son lopin (de terre) : des photos qui illustrent les différents systèmes agricoles.
- Fiche technique : Le protocole moutarde. Pour dénombrer la quantité de vers de terre dans un sol.
- Fiche technique : Créer une grainothèque.
- Fiche technique : Faire des semis en pot.
- Inspecteur fourchette autour de la planète : une enquête sur l'origine des aliments.
- Eau'verdose : qui modélise l'empreinte en eau et carbone de nos aliments.



CONSOMMER EN CONSCIENCE : pour donner des clés pour apprendre à consommer différemment.

- Mon assiette de saison : qui permet d'aborder la saisonnalité des aliments.
- « Moches » mais bons ! : un jeu de carte pour retrouver les paires de fruits et légumes.
- Le gaspillage alimentaire en image : pour débattre ensemble.
- Courses en folie ! : pour optimiser le rangement et la conservation des aliments.
- Ne loupe pas l'étiquette - Partie 1 & 2 : qui permet de décrypter l'étiquette des produits.
- Je mange donc je suis - Partie 1 & 2 : un outil qui permet de comprendre le lien entre notre alimentation et notre corps.
- Fiche technique : Un petit tour au marché.



SEMER DES GRAINES POUR L'AVENIR : une thématique différente, plus « large » qui permet de voir au-delà de l'alimentation-nutrition.

- Débat en cuisine ! : pour débiter une initiation à la philosophie en parlant alimentation.
- Fiche technique : Organiser des événements gratuits.
- Une question de sens : un outil pour apprendre à manger en conscience en utilisant ses 5 sens.
- Trucs et astuces en cuisine : pour échanger et partager ses expériences en cuisine.
- Fiche technique : Cuisiner anti-gaspi.
- Conserve Party : pour découvrir les différentes techniques de conservation.
- Food to go : un jeu de questions pour faire un tour du monde culinaire.



La malle a été créée pour être accessible à tout le monde : son contenu est donc entièrement **gratuit, dématérialisé et téléchargeable**. Les éléments « physiques » pourront être achetés en suivant une « **liste de courses** » afin de créer la malle A la bonne fréquence complète.

Concernant les éléments téléchargeables, deux options sont possibles :

- Télécharger tout le contenu au complet
- Télécharger outil par outil pour adapter selon ses besoins !

⇒ LIEN VERS LE SITE : www.alabonnefrequence.fr

