

# *Catalogue* **D'ANIMATIONS**





# EXPO ANTI GASPI

**PUBLIC :** Tout public

**NOMBRE DE PARTICIPANTS :** illimité

**DUREE :** de 1h à journée complète

**ANIMATION :**

Exposition sur le thème du gaspillage alimentaire (méthodes de conservation, rangement au frigo, dates de conservation, astuces AntiGaspi, idées recettes etc). Format adapté aux événements regroupant un grand nombre de personnes.

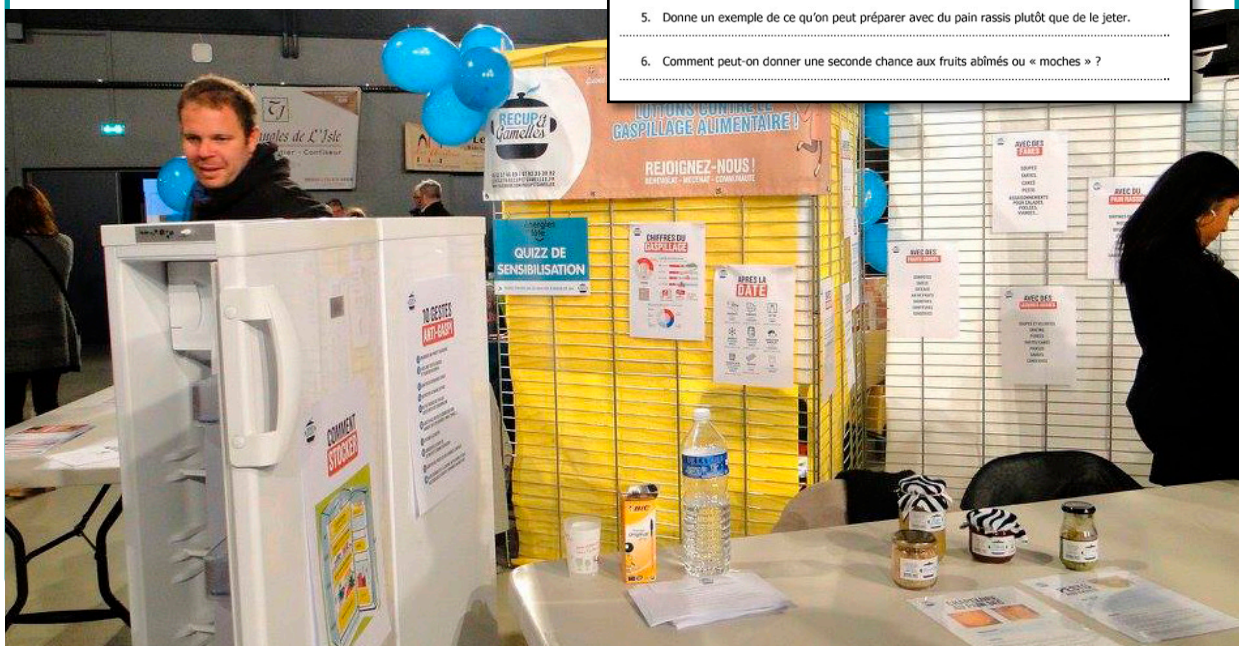
**OBJECTIF :**

Sensibiliser le grand public à la lutte contre le gaspillage alimentaire et proposer des solutions concrètes pour une consommation plus responsable.



QUIZZ « GASPILLAGE ALIMENTAIRE »  
Visite la mini exposition et réponds aux questions !

1. Quel aliment est le plus gaspillé à la maison ?  
.....
2. Que signifient les lettres DDM ?  
.....
3. Au bout de combien de temps se périmé le miel ?  
.....
4. Pourquoi faut-il conserver le chocolat à température ambiante ?  
.....
5. Donne un exemple de ce qu'on peut préparer avec du pain rassis plutôt que de le jeter.  
.....
6. Comment peut-on donner une seconde chance aux fruits abîmés ou « moches » ?  
.....



# QUIZZ ANTI GASPI

**PUBLIC :** Tout public

**NOMBRE DE PARTICIPANTS :** 20 maximum.

**DUREE :** de 20 min à 1h.

## ANIMATION :

Jeu sous forme de quizz autour du gaspillage alimentaire (méthodes de conservation, rangement au frigo, dates de conservation, astuces AntiGaspi, idées recettes etc).

## OBJECTIF :

S'interroger sur le gaspillage alimentaire et nos habitudes de consommation.

Pourquoi ne plus jeter (économie/écologie)? Argumenter sur les bienfaits pour la santé de manger sainement et de façon plus responsable. Favoriser le partage, le plaisir et la convivialité tout en créant du lien social.





# ATELIER CUISTO

**PUBLIC :** Tout public

**NOMBRE DE PARTICIPANTS :** 15 maximum.

**DUREE :** de 1h à 3h (quizz, cuisine et repas)

## ANIMATION :

Jeu autour du gaspillage alimentaire. Préparation d'un repas, d'un goûter ou d'un apéritif équilibré en commun et AntiGaspi. Ex. : gaufres sucrées et salées au pain sec, soupes chaudes ou froides en verrines et croûtons, jus, smoothies, lassi aux fruits abimés, eau fraîche aux queues de fraises, pizzas maison avec pâte au pain sec, pesto aux fanes avec tagliatelles de légumes crus entier etc.

Dégustation et temps d'échange.

## OBJECTIF :

S'interroger sur le gaspillage alimentaire et nos habitudes de consommation. Pourquoi ne plus jeter (économie/écologie)? Argumenter sur les bienfaits pour la santé de manger sainement et de façon plus responsable. Favoriser le partage, le plaisir et la convivialité tout en créant du lien social.



# ATELIER BOCAUX

**PUBLIC :** Tout public

**NOMBRE DE PARTICIPANTS :** 15 maximum.

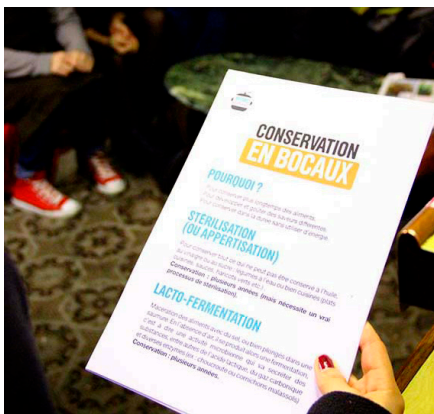
**DUREE :** de 2h à 3h (quizz, préparation et bocaux)

## ANIMATION :

Quizz autour des techniques de conservation. Tri de fruits et légumes invendus et transformation pour une plus longue conservation ; confitures, pestos, sauces, soupes, etc. Chaque personne repart avec des techniques et ses bocaux réalisés pendant l'atelier.

## OBJECTIF :

S'interroger sur le gaspillage alimentaire et donner des solutions concrètes pour apprendre à conserver ses aliments. Pourquoi ne plus jeter (économie/écologie)? Argumenter sur les bienfaits pour la santé de manger sainement et de façon plus responsable. Favoriser le partage, le plaisir et la convivialité tout en créant du lien social.



# ATELIER FRIGO

**PUBLIC :** Tout public

**NOMBRE DE PARTICIPANTS :** 15 maximum.

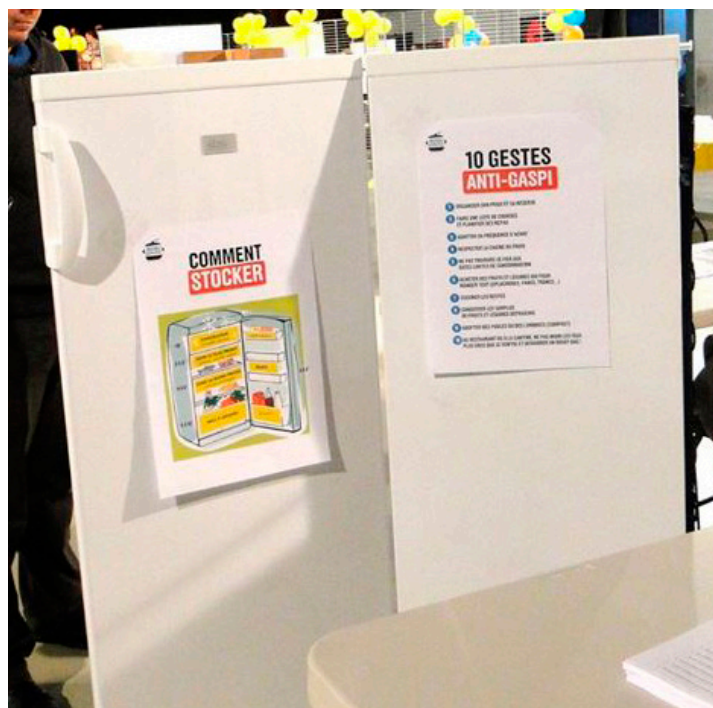
**DUREE :** 30 min.

## **ANIMATION :**

Autour d'un frigidaire, les participants sont invités à s'interroger sur leur manière de stocker les aliments pour une meilleure conservation (Comment ranger au frigo et au sec)

## **OBJECTIF :**

S'interroger sur le gaspillage alimentaire et nos habitudes de consommation. Proposer des solutions concrètes pour savoir mieux conserver ses aliments. Pourquoi ne plus jeter (économie/écologie) et comment consommer de façon plus durable et plus responsable ? Favoriser le partage, le plaisir et la convivialité tout en créant du lien social.



# ATELIER CONSO

**PUBLIC :** Tout public

**NOMBRE DE PARTICIPANTS :** 15 maximum.

**DUREE :** 30 min.

**ANIMATION :**

Avec des supports rappelant les différents lieux où l'on peut faire des courses (marché, supermarché, etc...) les participants sont invités à s'interroger sur leur manière de faire leurs courses et de consommer les aliments (rythme d'achat, labels, achat local et circuits courts, aliments de saison, etc).

**OBJECTIF :**

S'interroger sur nos habitudes de consommation. Comment consommer de façon plus durable ? Argumenter sur les bienfaits pour la santé de manger sainement et de façon plus responsable. Favoriser le partage, le plaisir et la convivialité tout en créant du lien social.







## RECUP & GAMELLES a besoin de votre soutien !

**RECUP & GAMELLES est une association engagée et active dans la lutte contre le gaspillage alimentaire.** Elle met en place des actions concrètes et participatives afin d'agir et de permettre aux citoyens et aux acteurs de la chaîne alimentaire de s'engager et d'échanger des pratiques autour de la thématique AntiGaspi :

- Accompagnement des restaurateurs pour la mise en place du **Gourmet bag**, le doggy bag à la française.
- **Collecte d'invendus** auprès des distributeurs et des producteurs.
- **Animations** AntiGaspi et conso responsable.
- **Conserverie solidaire.**

**REJOIGNEZ-NOUS !** 06 62 37 46 89 / 07 82 33 30 92  
BÉNÉVOLAT - MÉCÉNAT - COMMUNAUTÉ [CONTACT@RECUPETGamelles.FR](mailto:CONTACT@RECUPETGamelles.FR)  
[WWW.RECUPETGamelles.FR](http://WWW.RECUPETGamelles.FR)