

Consommons local !!!

Un séjour pour réfléchir à nos modes de consommation

Niveaux : cycles 2 et 3

Surconsommation, aliments qui font des milliers de km avant d'arriver dans notre assiette, déforestation, appauvrissement des sols,

Réfléchir sur nos modes de consommation devient nécessaire

Un séjour qui tend vers le zéro déchet, le compostage, le tri, et une sensibilisation au bien-manger : pourquoi est-ce bon pour notre corps mais aussi pour notre planète.

Nous proposons dans ce séjour :

- **Un atelier cuisine pâtisseries pour ramener des biscuits à la maison**
Chaque groupe prépare une variété de biscuit et les enfants repartent avec un assortiment de tout ce qui aura été préparé
- **Un atelier cuisine « fais ton pain » en partenariat avec une boulangerie itinérante**
Boulangerie Bio implantée à St Pierre d'Entremont, l'association « les champs du pain » anime des ateliers à destination des scolaires : pain et pizzas sont cuits au feu de bois dans leur four mobile,
- **Une visite de la coopérative laitière des Entremonts**
Quotidiennement, 10 000 litres de lait provenant d'une trentaine d'exploitations de Chartreuse sont transformés en savoureux fromages. Des visites guidées sont organisées pour découvrir la fabrication artisanale des fromages, l'agriculture du terroir, son rôle sur le paysage et sur l'environnement.
- **Un jeu de rôle « le parcours de la fraise en hiver »**
Qui n'a jamais eu envie de manger des fraises en plein cœur de l'hiver ? A travers le jeu, les enfants sont amenés à réfléchir aux enjeux de la consommation de fruits et légumes de saison,
- **Un challenge sportif qui allie tir à la carabine et course d'orientation**
Pour avoir un corps sain, il faut aussi bien bouger ! La course d'orientation est un vrai travail d'équipe, réfléchir ensemble, apporter des solutions et aller le plus vite possible ; le tir à la carabine demande concentration et précision,
- **Une rando-découverte des plantes sauvages comestibles et un atelier cuisine associé**
Accompagnés d'une herbaliste qui connaît toutes les bonnes plantes de la Ruchère, les enfants partiront en balade-cueillette. Au retour, ils cuisineront ces plantes.
- **Un temps d'échanges sur l'alimentation**
Une personne spécialisée en diététique apportera ses connaissances sur les règles de base de l'alimentation. Ce temps sera animé sous forme d'ateliers débat.

Exemple de programme

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	vendredi
matin	Arrivée découverte du centre	Rando-cueillette	Visite de la coopérative laitière	Atelier pain	Atelier pâtisserie / Rangement
Après midi	Parcours de la fraise en hiver	Atelier cuisine cueillette	Challenge sportif	Ateliers débat	Départ

Les + de ce séjour

Des repas élaborés dans notre cuisine, à base de produits locaux ou BIO

Une gestion maîtrisée des déchets avec notamment la pesée des déchets de la semaine

Toutes les activités proposées sont modulables et adaptées au projet de classe.

Devis sur demande, gratuité de l'enseignant.