

2025

CATALOGUE DES ANIMATIONS

du PAT Gâtinais montargois

CONTACT :

Amandine CHANDELIER

Animatrice du Projet Alimentaire Territorial Gâtinais montargois

Courriel : projet.alimentaire@gatinaismontargois.com

Téléphone : 06 03 56 79 80



PETR Gâtinais montargois

5 allée du Docteur Gastellier
45200 MONTARGIS

Courriel : accueil@gatinaismontargois.com

Téléphone : 02 38 07 50 70

Ce catalogue présente les **animations proposées dans le cadre du Projet Alimentaire Territorial (PAT)**. Ce document est conçu pour vous présenter l'ensemble des ateliers que le PETR Gâtinais montargois met à disposition des communes et de ses partenaires, dans le cadre de notre démarche de **sensibilisation et d'éducation au bien-manger**.

Soutenus et financés par le **Programme National de l'Alimentation du Ministère de l'Agriculture et de la Souveraineté Alimentaire**, ces ateliers ont été créés sur demande de nos partenaires pour répondre aux besoins de sensibilisation sur des thématiques alimentaires variées, tout en valorisant les produits locaux.

Pourquoi ce catalogue ?

Ce catalogue a pour objectif de faciliter l'accès à la gamme d'animations du PAT, que vous soyez une commune souhaitant proposer des ateliers à vos administrés, ou un partenaire désirant organiser des animations pour vos bénéficiaires. Les ateliers sont structurés autour des trois étapes du changement

- **Découvrir** : Ces ateliers sont une invitation à explorer les thématiques de l'agriculture et l'alimentation.
- **Comprendre** : Une fois les premières découvertes faites, ces ateliers permettent d'approfondir les connaissances sur des sujets spécifiques, comme l'équilibre alimentaire, la gestion du budget alimentaire, et les bienfaits des circuits courts.
- **Agir** : Enfin, des ateliers pratiques et concrets où les participants sont invités à passer à l'action en expérimentant et en adoptant des gestes simples pour améliorer leur alimentation au quotidien.

Demandes d'ateliers spécifiques

Cette première version du catalogue présente les ateliers disponibles. Toutefois, si vous avez des besoins spécifiques ou souhaitez organiser des ateliers sur d'autres thématiques, nous vous encourageons à nous faire part de vos demandes.

Comment utiliser ce catalogue ?

À travers ce catalogue, vous pouvez réserver les ateliers qui correspondent le mieux à vos besoins, qu'il s'agisse de **découvrir** de nouveaux sujets, **comprendre** des enjeux spécifiques ou **agir** de manière concrète. Chaque atelier a été conçu pour être accessible, interactif et adaptable aux différents publics. Les communes peuvent ainsi réserver des ateliers pour leurs administrés, et les partenaires pour leurs bénéficiaires. N'hésitez pas à nous contacter pour toute demande de renseignements ou pour réserver un atelier. Nous nous engageons à vous accompagner dans le choix des animations les plus adaptées à votre structure et à vos objectifs.

À propos du PAT Gâtinais montargois

Le PAT du PETR Gâtinais montargois est une initiative visant à favoriser une alimentation locale, durable et de qualité sur notre territoire. Ce projet rassemble les acteurs du monde agricole, de l'alimentation, de la santé et de l'environnement pour développer des actions concrètes en faveur de :

« La transition agricole et alimentaire bas carbone par et pour tous »



Fresque Agri'Alim (3H30)

À l'aide de cartes, construisez tous ensemble la Fresque Agri'Alim pour comprendre les enjeux de notre modèle agricole et alimentaire et échanger sur les actions à mener pour y répondre.

Du champ à l'assiette, (re)découvrez les causes et conséquences de notre système alimentaire sur la société et l'environnement.

En s'inspirant de la pédagogie de La Fresque du Climat, l'atelier s'appuie sur plus de 150 documents de référence et est validé par l'ADEME.

**COMPRENDRE LES ENJEUX DU
MODÈLE AGRICOLE ET ALIMENTAIRE,
LES IMPACTS ET CONSÉQUENCES
SUR L'ENVIRONNEMENT ET NOTRE
SOCIÉTÉ**

**#Agriculture #Alimentation
#Environnement #SociétésHumaines**

Public :

Groupe de 6 à 8 participants (de plus de 16 ans).

Format :

Atelier collaboratif, en salle.

Nombre d'animateur nécessaires :

1 animateur.



Modalités de mise en œuvre :

- Rencontre de préparation avec les référents élu et technique,
- Mise à disposition de locaux et matériel : salle pouvant accueillir 20 personnes, 4/5 tables et quelques chaises,
- Promotion de l'animation et diffusion de la communication.

Implication du PETR Gâtinais montargois :

- Organisation et gestion des inscriptions,
- Création et mise à disposition du visuel de communication (affiches, tracts, articles numériques, etc.).

Anticipation :

2 mois (temps de préparation et de communication).

Fréquence :

4 fresques par an sur le territoire du PETR Gâtinais montargois.

Comment manger local, de saison et de qualité ? (2H00)

Avec trois exercices pédagogiques, faites équipe et apprenez en plus sur les produits à côté de chez vous, de saison et de qualité.

Jouez avec les fruits et légumes de saison, définissez les labels et découvrez le guide des producteurs locaux.

**COMPRENDRE LES ENJEUX DE
L'ALIMENTATION LOCALE, DE
SAISON ET DE QUALITÉ**

**APPRENDRE À TROUVER ET
CHOISIR SES PRODUITS**

**#Alimentation #Environnement
#Local #DeSaison #Qualité**

Public :

Groupe de 6 à 10 participants (de plus de 16 ans).

Format :

Atelier collaboratif, en salle.

Nombre d'animateur nécessaires :

1 animateur.



Modalités de mise en œuvre :

- Rencontre de préparation avec les référents élu et technique,
- Mise à disposition de locaux et matériel : salle pouvant accueillir 15 personnes, 3/4 tables et quelques chaises,
- Promotion de l'animation et diffusion de la communication.

Implication du PETR Gâtinais montargois :

- Organisation et gestion des inscriptions,
- Création et mise à disposition du visuel de communication (affiches, tracts, articles numériques, etc.).

Anticipation :

2 mois (temps de préparation et de communication).

Fréquence :

6 ateliers par an sur le territoire du PETR Gâtinais montargois.

Comment bien gérer mon frigo ? (2H00)

Mettez à jour vos connaissances et pratiques quotidiennes sur la gestion de votre réfrigérateur en jouant.

Quel est mon type de réfrigérateur ? Comment fonctionne-t-il ? Comment le ranger ? Quand et comment le laver ? Comment éviter le gaspillage ? Et que signifie les différentes dates sur les produits ?

(Re)découvrez les trucs et astuces et partagez les vôtres à vos coéquipiers !



**CONNAÎTRE LE FONCTIONNEMENT
DE SON RÉFRIGÉRATEUR AINSI
QUE DES CONSIGNES D'ENTRETIEN
ET D'UTILISATION**

**LIMITER LA CONSOMMATION
D'ÉNERGIE ET LE GASPILLAGE
ALIMENTAIRE**

**#Alimentation #Hygiène
#Réfrigérateur #Rangement
#DateDePéremption**

Public :

Groupe de 6 à 10 participants (de plus de 16 ans).

Format :

Atelier collaboratif, en salle.

Nombre d'animateur nécessaires :

1 animateur.

Modalités de mise en œuvre :

- Rencontre de préparation avec les référents élu et technique,
- Mise à disposition de locaux et matériel : salle pouvant accueillir 15 personnes, 3/4 tables et quelques chaises,
- Promotion de l'animation et diffusion de la communication.

Implication du PETR Gâtinais montargois :

- Organisation et gestion des inscriptions,
- Création et mise à disposition du visuel de communication (affiches, tracts, articles numériques, etc.).

Anticipation :

2 mois (temps de préparation et de communication).

Fréquence :

6 ateliers par an sur le territoire du PETR Gâtinais montargois.

Comment bien manger avec un petit budget ? (2H00)

À partir de petits exercices collaboratifs, mettez à jour vos connaissances sur l'équilibre alimentaire et testez la création d'un menu équilibré avec un budget limité.

L'équilibre alimentaire, qu'est-ce que c'est ? Comment mieux manger ? Comment définir et tenir mon budget alimentation ?

Venez prendre des trucs et astuces pour mieux vivre le quotidien !



REVOIR LES PRINCIPES DE L'ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE

COMPRENDRE L'INTÉRÊT DE DÉFINIR UN BUDGET

DÉCOUVRIR DES ASTUCES POUR BIEN MANGER AVEC UN BUDGET RESTREINT

#Alimentation #Santé #Budget

Public :

Groupe de 6 à 10 participants (de plus de 16 ans).

Format :

Atelier collaboratif, en salle.

Nombre d'animateur nécessaires :

1 animateur.

Modalités de mise en œuvre :

- Rencontre de préparation avec les référents élu et technique,
- Mise à disposition de locaux et matériel : salle pouvant accueillir 15 personnes, 2 tables et quelques chaises,
- Promotion de l'animation et diffusion de la communication.

Implication du PETR Gâtinais montargois :

- Organisation et gestion des inscriptions,
- Création et mise à disposition du visuel de communication (affiches, tracts, articles numériques, etc.).

Anticipation :

2 mois (temps de préparation et de communication).

Fréquence :

6 ateliers par an sur le territoire du PETR Gâtinais montargois.