



AVIS FLASH DU GROUPE EXPERIMENTAL « JEUNES »

La fresque alimentaire & le Projet Alimentaire Territorial

LE CONTEXTE



Dans le cadre **du Projet Alimentaire Territorial (PAT)**, le Conseil de Développement de la CASA a travaillé sur cette thématique, projet lancé à l'échelle de CAP AZUR.

Le CDD, pour illustrer son engagement, a organisé une Fresque Alimentaire et a identifié plusieurs préconisations.

L'organisation de ces ateliers permet de mettre en lumière **les enjeux de l'alimentation sur le territoire de la CASA**.

Trois fresques de l'alimentation ont déjà été réalisées dont deux au cours de l'année 2025. Cet outil, à la fois ludique et collaboratif, permet de sensibiliser les participants à l'impact de notre alimentation sur notre santé, mais également sur l'environnement et la société dans son ensemble. Les fresques organisées ont toutes été animées par des intervenantes formées à cette méthodologie, apportant un cadre dynamique, bienveillant et instructif.



La première session, qui s'est déroulée en avril 2025, a réuni des élus, des citoyens et des professionnels de la restauration. Les deux groupes constitués ont été invités à «concourir» dans une dynamique stimulante de points à gagner. L'objectif étant de construire une fresque reflétant les interconnexions entre production et consommation, l'usage des pesticides, le rôle des agriculteurs, et l'empreinte carbone des modes alimentaires. Au-delà de l'aspect compétitif, l'objectif principal était de transmettre des savoirs clés et de susciter une prise de conscience sur les gestes à adopter pour une alimentation plus responsable.

La seconde fresque s'est inscrite dans une démarche plus éducative, en direction d'un groupe de jeunes âgés de 16 à 25 ans. Coorganisée en juillet 2025 avec la Direction de la Cohésion Sociale de la CASA et en partenariat avec la CAF, cette session, a permis à une douzaine de participants de se plonger dans les enjeux alimentaires actuels : sécurité alimentaire, précarité nutritionnelle, consommation locale et gaspillage. Les jeunes ont activement pris part aux discussions et ont formulé collectivement des préconisations concrètes en lien avec leur réalité quotidienne.

Chaque session s'est clôturée par un buffet végétarien convivial, propice à l'échange informel, renforçant ainsi les liens entre participants. La richesse des interactions et l'enthousiasme des participants témoignent du succès de ces ateliers. Dans cette dynamique, une quatrième fresque est prévue prochainement, et de nouvelles thématiques seront explorées, telles que la biodiversité et la mobilité durable.

Avis Fresque de l'alimentation 2025



LE DÉROULÉ DE LA FRESQUE

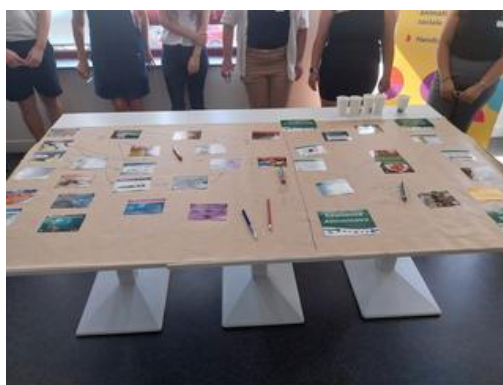


Inspirée de la Fresque du Climat, la Fresque de l'Alimentation est un atelier participatif d'une durée d'environ trois heures. Elle réunit généralement une dizaine de participants autour d'une table. Chaque atelier débute par un temps d'introduction, où l'animatrice présente les objectifs, les règles du jeu et la méthode. Le but pédagogique est multiple : comprendre, réfléchir et collaborer.

L'atelier se déroule en trois grandes phases :

- 1. Compréhension des enjeux** : les participants reçoivent une série de cartes illustrées représentant des faits scientifiques, des concepts et des impacts. À partir de ces éléments, ils doivent créer une fresque en reliant causes et conséquences autour de l'alimentation. Les thèmes abordés vont de la production agricole à la transformation industrielle, de la logistique à la consommation, en passant par les déchets, la santé publique, le changement climatique ou encore les questions d'équité et d'accès à une alimentation saine.
- 2. Définition d'une alimentation durable** : une fois les liens établis, les participants sont invités à réfléchir sur ce que pourrait être une alimentation saine, durable, accessible et équitable. Ils abordent des notions telles que le local, le bio, la saisonnalité, la réduction des protéines animales, ou encore le juste prix pour les producteurs, les circuits courts, la nutrition. Cette phase permet de faire émerger des idées, de débattre de leurs faisabilités et d'ouvrir la discussion sur les leviers d'action.
- 3. Sensibilisation individuelle et collective** : en fin d'atelier, un temps est réservé à la mise en commun des ressentis et à la formulation d'idées. Chaque participant peut s'exprimer librement sur ce qu'il a appris, sur ce qu'il souhaite changer à son échelle, et sur les actions à mener collectivement. Cette phase est souvent très riche avec une prise de conscience des enjeux.

Les contenus sont issus de sources fiables et reconnues, comme la FAO, le GIEC, l'ADEME ou encore le CNRS. L'atelier est conçu pour être accessible à tous les publics : jeunes, adultes, élus, associations, entreprises ou encore personnels éducatifs.



Avis Fresque de l'alimentation 2025



LES PRÉCONISATIONS



À l'issue de la fresque, les jeunes ont proposé un ensemble de préconisations classées en plusieurs thématiques, traduisant une volonté de transformation à différentes échelles (individuelle, collective, territoriale).

1. Sensibilisation et éducation :

- ☐ Créer des campagnes locales d'information sur les outils de lutte contre le gaspillage (applications mobiles, zones de don, frigos partagés).
- ☐ Réintégrer des cours de cuisine pratique dès le collège pour favoriser l'autonomie alimentaire et limiter le gaspillage.
- ☐ Proposer des cours de nutrition en lien avec les programmes scolaires, en insistant sur l'équilibre alimentaire et la compréhension des étiquettes.

2. Agriculture et lien au territoire :

- ☐ Mettre en place des ateliers pratiques pour apprendre à cultiver des plantes aromatiques ou des légumes en pot, y compris en habitat urbain dense.
- ☐ Organiser des visites de fermes locales pour mieux comprendre les réalités du métier d'agriculteur et les contraintes économiques et climatiques.

3. Économie circulaire et accessibilité :

- ☐ Mettre en place des tickets restaurant utilisables dans des points de vente partenaires (AMAP, marchés bio, épiceries solidaires).
- ☐ Soutenir les initiatives d'économie sociale et solidaire favorisant l'accès à des produits bio à prix réduits pour les publics précaires.
- ☐ Encourager les restaurants scolaires et d'entreprise à s'approvisionner localement en produits de saison, avec un objectif de réduction de la part de viande.

4. Santé et modes de vie :

- ☐ Proposer des idées simples de plats végétariens équilibrés à travers des fiches recettes, ateliers ou tutoriels.
- ☐ Lier les démarches de nutrition à la promotion du sport et de la santé mentale (ex. : semaine bien-être dans les lycées).

