

Le repas comme outil pédagogique

A chaque saison sa production

La saisonnalité, quels impacts sur notre santé, notre environnement, notre territoire ?

Plaisir et équilibre

A chacun son équilibre alimentaire, quelle importance du plaisir lors du repas ?

Le gaspillage alimentaire

Qu'est ce qui se cache derrière le gaspillage alimentaire et comment limiter notre production de déchets ?

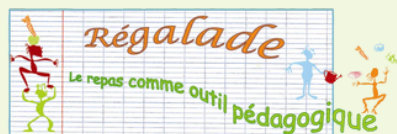
Légume d'ici, légume d'ailleurs

D'où proviennent nos aliments, comment et pourquoi s'inscrire dans notre territoire pour s'approvisionner ?

Une alimentation de qualité et équitable

Comment, en tant que consommateur, s'interroger sur les produits de qualités et agir pour rémunérer au mieux ceux qui les produisent ?

Se poser des questions sur le repas pour tendre vers une alimentation durable et responsable



Mairie, 14 place du canton
16170 Vaux-Rouillac

Contacts

Charlotte Gervais

Agent de développement
06 76 31 99 39
regalade.asso@gmail.com

Julie Saumon

Animatrice
06 24 45 42 75
regalade.anim@gmail.com

Appolline Moreau

Animatrice
06 71 24 70 13
regalade.anim2@gmail.com

www.associationregalade.fr

www.facebook.com/regalade16

Adhésion

En adhérant à Régalade, vous soutenez les projets en lien avec l'alimentation responsable.

- A partir de 2 € pour les particuliers
- A partir de 20 € pour les structures

<https://www.helloasso.com/associations/association-regalade>

Partenaires financiers



Echallat / Val d'Auge / Mareuil / Genac Bignac / SIVOS école Gourville

Régalade

Le repas comme outil pédagogique

Accompagner des projets pédagogiques autour du repas et son environnement

Sensibiliser aux enjeux liés à l'alimentation

Favoriser les échanges entre les habitants du territoire

Rapprocher et valoriser les acteurs locaux



Créée en 2005 en Charente à l'initiative d'enseignants, habitants, parents d'élèves, agriculteurs, l'association Régalade mène une réflexion et une démarche globale autour de l'alimentation, l'environnement, les circuits courts, l'agriculture, la santé, le développement durable.

Accompagnement à la création de projet

L'accompagnement des porteurs de projet est l'un des principaux domaines de compétence de Régalade. Les partenariats permettent chaque année à des structures d'initier ou de conforter des projets. autour de l'alimentation.

Accompagnement adapté

selon les besoins, les attentes, les contraintes

Prêt de documentations et malles pédagogiques

Malle petite enfance, Malle de cuisine adaptée (personnes en situation de handicap)

Accompagnement de la restauration collective

Régalade **accompagne** vers un changement de pratiques plus responsable pour l'environnement et la santé. Nous proposons une démarche de progrès adaptée à la réalité de chaque structure par **l'information, la sensibilisation et la formation** des acteurs.

Sensibilisation des publics

Régalade **conçoit et anime** des ateliers pédagogiques afin de sensibiliser à une alimentation responsable.

Conception et Animation d'ateliers

pratiques et théoriques

Auprès de qui ?

Petite enfance (0-3 ans) / Enfants / Jeunes
Grand public / Familles
Personnes en situation de précarité
Personnes en situation de handicap
Personnes âgées



NOTRE RECETTE

Ingédients : Convivialité, bienveillance, Accompagnement, Respect, Ecoute

- Mettre les personnes au coeur du projet
- Co construire avec les partenaires,
- Susciter le questionnement et la réflexion,
- Valoriser les savoirs et savoir-faire de chacun



Améliorer la qualité des repas

Environnement du repas /
Démarches d'approvisionnement

Faire du repas un outil pédagogique

Lien avec les convives / Gaspillage alimentaire / Eveil au goût



Comprendre la réglementation

Loi Egalim, Equilibre alimentaire, Hygiène,



Conception et animation de programmes pédagogiques

De la maternelle au collège, création d'outils pédagogiques et animation de séances en classe.