

# DEVENEZ UN AMBASSADEUR DE L'ALIMENTATION DURABLE INCLUSIVE !



*Vous êtes éducateur, formateur, travailleur social ? Vous êtes un citoyen engagé ?*

*Vous souhaitez accompagner vos publics vers plus de durabilité dans leurs comportements alimentaires ? Vous voulez informer et convaincre famille, amis, voisins ?*

*Alors, la formation « Ambassadeur de l'alimentation durable inclusive » est faite pour vous !*



## L'ALIMENTATION DURABLE INCLUSIVE, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Parler d'alimentation durable inclusive, c'est aborder la question de l'accès pour tous à une nourriture de qualité, respectueuse de la santé et de l'environnement. Faire de l'alimentation durable à la fois une finalité et un vecteur d'inclusion et de cohésion sociale... Voilà tout l'enjeu de la démarche !

## DEVENIR UN AMBASSADEUR DE L'ALIMENTATION DURABLE INCLUSIVE, C'EST...

- se former aux techniques de base en matière de cuisine et de jardinage, convenant particulièrement aux personnes sans moyens financiers et matériels ;
- s'outiller pour pouvoir transmettre et diffuser ses connaissances et compétences, de manière pédagogique et adaptée ;
- rejoindre une communauté d'acteurs locaux (partage d'expériences, échanges de bonnes pratiques) et inscrire son projet dans une démarche de territoire.



Espace Environnement

## CONTENU DU MODULE

6 jours d'expérimentation et de transfert de savoir et savoir-faire, encadrés par un formateur qualifié de l'ASBL Espace Environnement. En fin de module, chaque participant se verra remettre un kit d'animation « Défi Alimentation Durable » complet, lui permettant de reproduire la dynamique de la formation avec son propre public.

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Objectifs</b>   | <ul style="list-style-type: none"><li>- Maîtriser les éléments-clés (contenus, outils, méthodes) permettant de conduire un programme d'activités relatives à l'alimentation durable avec des publics vulnérables.</li><li>- Développer des aptitudes techniques et humaines à la conduite d'ateliers d'autoproduction accompagnée (ateliers « jardinage » et « cuisine »).</li><li>- Découvrir et manipuler un ensemble de ressources documentaires sélectionnées ; apprendre comment encourager l'usage par votre public.</li></ul> |
| <b>Public visé</b> | Animateurs, éducateurs, travailleurs sociaux et citoyens engagés, avec ou sans connaissances préalables en matière d'alimentation durable.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Format</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>- Formation en présentiel dans les locaux de votre structure.</li><li>- 2 sessions de 3 jours, entrecoupées d'une période de travail individuel d'appropriation et/ou d'expérimentation.</li><li>- 12 participants maximum/animateur.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Contenu</b>     | <b>Thématiques abordées :</b> le jardinage avec peu de moyens financiers, la cuisine nourricière, l'éco-citoyenneté alimentaire.<br><b>Méthodes enseignées :</b> conduite et évaluation d'un programme d'activités coordonnées, animation de groupe en intelligence collective, identification et exploitation d'outils et de ressources utiles, réseautage territorial.                                                                                                                                                             |
| <b>Pédagogie</b>   | <ul style="list-style-type: none"><li>- Approche inductive et interactive, modulée en fonction du niveau de connaissance préalable des participants.</li><li>- Convivialité et bienveillance.</li><li>- Mise en pratique immédiate des nouveaux acquis.</li><li>- Prolongement de l'apprentissage à travers l'initiation d'un projet pérenne (individuel ou collectif) à mener au-delà de la formation.</li></ul>                                                                                                                    |
| <b>Prérequis</b>   | Nécessité d'avoir un accès facile et autorisé à : <ul style="list-style-type: none"><li>- un espace de cuisine fonctionnel ;</li><li>- un périmètre extérieur adapté à la démonstration et à la mise en pratique de techniques de jardinage.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                               |

Ce module de formation a été construit en partenariat avec l'association française Les Anges Gardins et éprouvé dans le cadre du projet Interreg Va AD-in ([www.ad-in.eu](http://www.ad-in.eu)).



## ILS ONT SUIVI LA FORMATION...



**VALÉRIE VANKELEKOM, ESPACE CITOYEN DE DAMPREMY (CPAS DE CHARLEROI)**

L'alimentation durable est un sujet que nous travaillons déjà depuis plusieurs années avec des habitants des quartiers de Dampremy, Lodelinsart et Charleroi. Cette formation m'a permis de compléter mes connaissances, de faire des rencontres riches, d'augmenter encore mon envie de transmettre et, surtout, d'aller plus loin dans la démarche. Trois habitants de nos quartiers m'ont accompagnée dans cette formation et vont aujourd'hui co-animer avec moi des ateliers « défis » dans nos quartiers. Quelle belle réussite !

**JEAN-PAUL MARICHAL, CITOYEN ENGAGÉ**

Je suis ambassadeur parce que je désire faire quelque chose de concret avec d'autres pour la transition énergétique et montrer que l'alimentation durable n'est pas uniquement réservée à des gens aisés, mais peut être mise à la portée du grand nombre. J'ai envie de transmettre à mes enfants l'importance et le plaisir de produire soi-même ses légumes.



**Les « Défis » sont modulables en fonction de vos besoins et objectifs. Contactez-nous pour une proposition personnalisée : Espace Environnement - Contact : Nathalie Ricaille**

📍 rue de Montigny 29 - B-6000 Charleroi

☎ +32 (0)71 300 300

✉ [nricaille@espace-environnement.be](mailto:nricaille@espace-environnement.be)

🌐 [www.espace-environnement.be](http://www.espace-environnement.be)