



Catalogue d'outils pédagogiques

Supports pour l'animation de groupe
ou l'accompagnement individuel

Alimentation et activité physique

Octobre 2021



Ce catalogue recense 313 outils classés dans l'ordre alphabétique. 3 index facilitent votre recherche par : âge du public, mots-clés, antenne (numéro du département). Découvrez bien d'autres outils dans le portail documentaire en sélectionnant l'antenne de votre département, ainsi que les thématiques qui vous intéressent... ou en prenant contact avec le-la documentaliste ! Toutes les coordonnées en page 3.

SOMMAIRE

Des supports ludiques et des guides au service de vos projets.....	4
Des expositions.....	4
Des guides	8
Des jeux	18
Des mallettes et des kits	29
Des photo-expressions, des imagiers et des aliments factices.....	49
Des films et des images animées.....	54
La littérature jeunesse pour échanger sur la santé.....	59
Des livres, des jeux et des guides autour des recettes.....	68
Index.....	76
1. Recherche par public.....	77
2. Recherche par mot(s)-clé(s)	77
3. Recherche par antenne	78

Les Centres de Ressources de l'Ireps Nouvelle-Aquitaine

Antenne Deux-Sèvres (79)

Niort

Tél. 05 49 28 30 25

antenne79@irepsna.org

Antenne Vienne (86)

Poitiers

Tél. 05 49 41 37 49

antenne86@irepsna.org

Antenne Haute-Vienne (87)

Limoges

Tél. 05 55 37 19 57

antenne87@irepsna.org

Antenne Charente-Maritime (17)

La Rochelle

Tél. 05 46 42 24 44

antenne17@irepsna.org

Antenne Charente (16)

Angoulême

Tél. 05 45 25 30 36

antenne16@irepsna.org

SIÈGE RÉGIONAL

Antenne Gironde (33)

Bordeaux

Tél. 05 56 33 34 18

direction@irepsna.org

antenne33@irepsna.org

Antenne Landes (40)

Mont-de-Marsan

Tél. 05 58 06 29 67

antenne40@irepsna.org



Antenne Creuse (23)

Guéret

Tél. 05 55 52 36 82

antenne23@irepsna.org

Antenne Corrèze (19)

Brive-la-Gaillarde

Tél. 05 55 17 15 50

antenne19@irepsna.org

Antenne Dordogne (24)

Périgueux

Tél. 05 53 07 68 57

antenne24@irepsna.org

Antenne Lot-et-Garonne (47)

Agen

Tél. 05 53 66 58 59

antenne47@irepsna.org

Antenne Pyrénées-Atlantiques (64)

Pau

Tél. 05 59 62 41 01

antenne64@irepsna.org

Suivez-nous sur



Des supports ludiques et des guides au service de vos projets

Des expositions



25 portraits extraits du guide "La santé vient en mangeant. Le guide alimentaire pour tous".

[INPES, IREPS Aquitaine, 2007]. Ces 25 portraits types (Je mange un sandwich tous les midis, Je ne cuisine pas, Je n'aime pas certains aliments, J'ai toujours faim...), permettent d'échanger sur son comportement alimentaire. Ils permettent de réfléchir sur des questions telles que : Quel type de mangeur êtes-vous ? Comment votre personnalité, vos habitudes ou votre mode de vie retentissent-ils sur votre comportement alimentaire ?

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 24, 33, 40, 47, 79

Affichons la forme ! Soyons bien dans nos assiettes et nos baskets !

[Académie de Strasbourg, s.d.]. Cette exposition est un outil interactif qui favorise les échanges avec les jeunes pour les amener à prendre conscience des différentes dimensions de l'alimentation : pourquoi on mange, de quelle manière, ce que l'on boit, les goûts et dégoûts, ce qui influence les achats, l'impact de la publicité, les idées reçues, l'importance de la culture, l'activité physique et les comportements sédentaires. L'objectif de cette exposition est de promouvoir une alimentation équilibrée et une activité physique régulière auprès des collégiens et des lycéens. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)



Public(s) : adolescent

Mot(s)-clé(s) : activité physique, habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 17, 24, 86



Alimentation aux différents âges de la vie (I').

[IFN, 2010]. Cette exposition traite de l'alimentation et des besoins spécifiques selon les différentes tranches d'âges. Elle est composée de huit affiches abordant les différents moments de la vie : De la naissance aux personnes âgées. Chacune rappelle l'alimentation appropriée à l'âge visé et donne des conseils, des recommandations sur les conduites à tenir dans des situations spécifiques.

[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adolescent, adulte, enfant, petite enfance

Disponibilité(s) : 24, 40, 47

Bien dans mes baskets ! L'activité physique, l'expo.

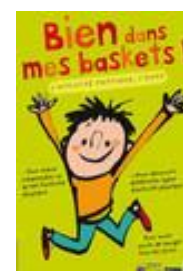
[Ligue contre le cancer, 2010]. Cette exposition (12 panneaux) vise à mieux comprendre l'activité physique, à découvrir différents types d'activité physique et à donner envie de bouger tous les jours.

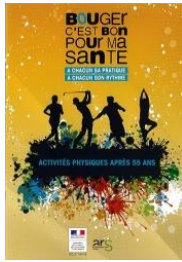
[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 17, 24, 33, 40, 47, 64, 79, 86





Les bienfaits de l'Activité Physique et Sportive (APS) pour les plus de 55 ans. [DRJSCS Aquitaine, ARS Aquitaine, CROS Aquitaine, 2015]. Les sept panneaux de cette exposition permettent de soutenir une action de prévention sur les bienfaits de la pratique d'une activité physique et sportive auprès des personnes de plus de 55 ans. Ils ont été réalisés dans le cadre du programme "Bouger, c'est bon pour ma santé".

Public(s) : adulte
 Mot(s)-clé(s) : activité physique
 Disponibilité(s) : 24, 40, 47

Comment lutter contre le gaspillage alimentaire ? Stop au gâchis dans ma cuisine.

[ADEME, 2015]. Cette exposition est composée de 3 panneaux intitulés : les gestes simples dans ma cuisine ; les dates limites de consommation : DLUO et DLC ; les gestes simples au self. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adolescent, adulte
 Mot(s)-clé(s) : alimentation durable
 Disponibilité(s) : 24, 47, 86



Lutte contre le gaspillage alimentaire.

[ADEME, DRAAF Champagne-Ardenne, 2014]. Cette exposition, à destination du grand public, aborde les enjeux de la lutte contre le gaspillage alimentaire qui s'inscrivent dans trois axes de développement durable : environnemental, économique et social. Les panneaux font la synthèse des gestes simples et conseils pratiques utiles au quotidien dans la cuisine, le lieu d'achat et au self.

Public(s) : adolescent, adulte
 Mot(s)-clé(s) : alimentation durable
 Disponibilité(s) : 47

Manger, bouger, dormir. Ta santé et toi.

[Réseau sport santé Franche-Comté, Comité régional olympique et sportif, 2013]. Cette exposition a pour objectif de permettre aux jeunes de construire leur propre réflexion sur ces thèmes. Pour chacun des 10 panneaux, le guide d'accompagnement propose des pistes de réflexion pour créer des échanges entre les jeunes et les animateurs et apporte des informations complémentaires. Un glossaire, un quizz et un jeu de mots-croisés complètent l'outil.

Public(s) : adolescent, enfant
 Mot(s)-clé(s) : activité physique
 Disponibilité(s) : 16



Manger, est-ce toujours un plaisir ?

[IREPS Nouvelle-Aquitaine, 2016]. Cette exposition, de la collection Porteur de paroles, permet d'aborder la question de l'alimentation. Cet outil permet d'aller à la rencontre d'un large public dans des lieux peu enclins à l'échange et à la discussion (rue, marchés, forums...).

Public(s) : adolescent, adulte
 Disponibilité(s) : 40

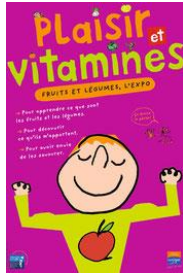
Mon petit déjeuner.

[Ligue contre le cancer, 2014]. Cette exposition est imprimée à partir d'une plaquette sur le petit déjeuner. Ce format permet ainsi de travailler sur les recommandations alimentaires du petit déjeuner avec un groupe. 4 panneaux.

[Egalement disponible en ligne : clic ici](#)

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 40, 47, 79



Plaisir et vitamines. Fruits et légumes, l'expo.

[Ligue contre le cancer Comité de Paris, 2010]. Cette exposition (14 panneaux) a pour objectifs d'apprendre aux enfants ce que sont les fruits et légumes (comment ça pousse, les différentes sortes de fruits et légumes, sous toutes les formes, selon les saisons, leur petite histoire), d'avoir envie de les savourer avec les 5 sens mais également de leur faire découvrir ce qu'ils apportent dans le cadre d'une alimentation équilibrée alliant plaisir et santé.

[Egalement disponible en ligne : clic ici](#)

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 16, 17, 33, 40, 47, 64, 79, 86

Rythmes de vie.

[ADES du Rhône, 2004]. Cet outil d'animation se compose d'affiches et d'un guide portant sur les rythmes de vie du jeune enfant : sommeil, alimentation et activité physique. L'outil permet à l'animateur de favoriser l'échange et l'expression des représentations des parents au sujet des rythmes de vie de l'enfant. Cet outil se propose comme un tiers à l'échange pour amener les familles à exprimer et à développer leurs idées ; il est un support au dialogue et à l'interaction entre professionnels de la petite enfance et parents d'enfants âgés de 6 mois à 6 ans.

Public(s) : enfant, petite enfance

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 16, 17, 23, 33, 47



Santé vient en mangeant et en bougeant (la).

[Défi Santé Nutrition, s.d.]. Cette exposition reprend les 9 repères de consommation du Plan National Nutrition Santé (PNNS) : les produits laitiers, les fruits et légumes, les féculents, les viandes, oeufs, poissons, l'eau, les matières grasses, le sucre, le sel, l'activité physique. Des recommandations sont émises et la répartition alimentaire pour chaque repère est exprimée.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 17

Se nourrir : "la bouffe". Pratique banale, enjeu mondial.

[CEMEA, 2009]. Cette exposition destinée aux jeunes, constitue un outil d'éducation critique à la consommation dont l'objectif est de former des jeunes consommateurs, citoyens et responsables. L'exposition aborde le sujet à travers l'un des univers quotidien des ados : « la bouffe ». Cinq panneaux concernant l'alimentation qui se traduit par une galaxie de produits et de marques en direction de tous les publics mais pour lesquels les adolescents et les jeunes en sont une des clés, à la fois comme prescripteurs et consommateurs, avec des enjeux de santé énormes. Chaque panneau propose une organisation



des contenus offrant plusieurs entrées : une accroche générale, deux textes courts, deux visuels sous forme de dessin, graphique ou schéma, une rubrique "Qu'en penses-tu ?"

Public(s) : adolescent

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 17, 86



Soyons malins, consommons bien !

[Agence régionale de l'environnement de Normandie, 2018]. Cette exposition sur le gaspillage donne des pistes simples pour faire des économies, protéger sa santé, limiter l'impact environnemental et créer du lien entre les habitants. Composée de 8 panneaux, elle reprend les gestes du quotidien. Elle fournit des conseils, des astuces et des recettes accessibles à tous pour mieux consommer, prolonger la durée de ses produits et moins jeter. [Egalement disponible en ligne : clic ici](#)

Public(s) : enfant, adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 24, 40, 47

Sport et santé.

[CRIPS Ile-de-France, 2003]. Illustrée de photographies, de citations et de témoignages, enrichie d'extraits d'enquêtes, cette exposition est destinée à faire réfléchir le sportif à sa pratique, à ses motivations, aux exigences et aux conséquences de la compétition, au rôle de la médecine sportive, aux notions de règles de jeu, de fair play et de responsabilité, à sa vie en dehors du sport. Les six affiches traitent respectivement les thèmes suivants : le sport et la santé ; la compétition et le dopage ; les risques liés au sport ; le suivi médico-sportif ; les règles du jeu ; la vie après le sport.

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 16, 23, 24, 33, 47, 79

Sport santé dopage société.

[CRES de Haute-Normandie, s.d.]. Cette exposition (10 affiches) développe les questions de dopage et de conduites dopantes à travers les notions de santé et de société dans le sport. Elle traite des bienfaits et des risques du sport, des conduites dopantes et des effets du dopage.

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 24, 47



Tous à table.

[ANIA, INPES, 2007]. Les 6 affiches de cette exposition accompagnent le guide et les calendriers élaborés dans le cadre du programme "Alimentation et insertion" du Programme National Nutrition Santé (PNNS). Ces affiches sont destinées aux bénévoles et aux salariés de l'aide alimentaire, dans les lieux de distribution. Elles informent sur les groupes d'aliments, la nécessité d'avoir de l'activité physique et le plaisir de manger ensemble.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire

Disponibilité(s) : 17, 23, 24, 40, 47, 86

Un enjeu planétaire : l'alimentation durable.

[ADEME, 2018]. Cette exposition met en évidence les enjeux de l'alimentation au niveau planétaire qui sont aussi des leviers d'actions pour tendre vers plus de durabilité. Par ailleurs, elle met en lumière le fait que les citoyens peuvent agir en faisant des choix pour leur alimentation. Cet outil présente aussi les avantages du végétal, véritable atout pour l'environnement. Enfin, l'exposition donne les chiffres du gaspillage alimentaire et des différents gaspillages qui existent lors de chaque étape de la filière. Les fiches pédagogiques présentent les messages clés, les objectifs pédagogiques, le lien avec les programmes scolaires et des pistes d'animation en classe (quizz). [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)



Public(s) : enfant, adolescent

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 47, 87

Des guides



7 fiches pratiques pleines d'astuces pour réduire les gaz à effet de serre de notre alimentation !

[Réseau Action climat France, 2015]. Ce guide a pour objectif de permettre aux consommateurs de comprendre les grands enjeux en matière de climat et d'alimentation. Il propose une série de "gestes" faciles à mettre en place à la maison et lors des achats, ainsi que des recettes. La publication s'arrête également sur ce qu'il est possible de faire au restaurant ou à la cantine.

Enfin, un tableau permet de calculer soi-même les émissions de gaz à effet de serre de plats ou de menus. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 24

50 activités pour éduquer à la nutrition à l'école.

[C Chardonnet, L Maurel, Scérén, CRDP Midi-Pyrénées, 2010]. Cet ouvrage permet d'aborder la nutrition et l'activité physique avec les enfants. Il se décompose en cinq grandes parties : une approche générale de la thématique, le lien entre la pratique d'une activité physique et la santé, les produits laitiers, les féculents, les fruits.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 17, 19, 23, 33, 64, 86



Alim'Anim. Une animation sur les dimensions culturelles de l'alimentation.

[Cultures et santé, 2014]. Ce guide d'animation est spécialement conçu pour des professionnels travaillant dans les champs de la culture, de l'insertion socio-professionnelle et du social, avec un public d'adultes.

Il permet d'envisager l'alimentation comme vecteur d'identité individuelle et collective, comme vecteur de sens. L'animation permet aux membres d'un groupe nouvellement constitué de mieux faire connaissance, d'établir ou de renforcer la cohésion du groupe. Elle encourage chacun à se présenter de manière ludique et originale à partir de son alimentation,

Catalogue d'outils pédagogiques Alimentation et activité physique

clé pour parler de soi, de son histoire, de ses origines, de ses cultures... De manière plus large, elle permet d'éveiller aux dimensions culturelles de l'alimentation.

[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 17, 79

Alimentation en classe, l'environnement au menu (I').

[Bruxelles environnement, 2009]. Conçu pour aborder l'impact de l'alimentation sur l'environnement à l'école, ce dossier pédagogique propose des pistes d'éducation à l'environnement par l'alimentation et des exemples d'outils et d'activités pédagogiques à mettre en place en classe. Il fournit aussi des références et des sites pour aller plus loin.



[Egalement disponible en ligne \(version 2016\) : clic ici !](#)

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 16, 86



Alimentation responsable.

[Alterre Bourgogne, 2008]. Ce guide se compose d'une partie théorique consacrée à l'apport de connaissances sur le thème de l'alimentation responsable et ses enjeux et propose une série de fiches décrivant des activités pédagogiques à mener auprès des élèves à partir du cycle 1 jusqu'au lycée. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adolescent, enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 17

A table ! Bien manger à petits prix en Charente-Maritime. Trucs & astuces.

[Chambre d'agriculture de la Charente-Maritime, 2010]. Ce guide a été réalisé à partir du constat d'un souhait de consommer différemment : plus local, plus respectueux de l'environnement... Il offre des pistes à cette nouvelle consommation, donne des chiffres clés sur les différentes productions disponibles sur le département, fait le point sur les fruits et légumes de saison, propose des recettes simples et donne des conseils pour acheter dans les meilleures conditions possibles afin que "bien manger" soit accessible à tous.



Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 17



Attitude santé maternelle.

[P Portenart, USEP, 2006]. Ce cédérom est destiné aux enseignants et fournit une aide méthodologique pour prendre en compte le thème de la santé au sein du projet d'école à l'aide de fiches pédagogiques sur divers thèmes de santé (les activités physiques et sportives (APS), l'alimentation, l'hygiène, le sommeil, ainsi que des supports d'activités.

Public(s) : petite enfance

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 86

Bien se nourrir et bouger. Un défi individuel et collectif de santé.

[Mutualité française, 2005]. Ce classeur est destiné aux enseignants qui veulent sensibiliser leurs élèves aux enjeux de l'équilibre alimentaire. Ce sujet s'inscrit à la fois dans le cadre des programmes de SVT, d'éducation physique et d'éducation à la citoyenneté. Les 9 chapitres du document traitent de l'équilibre alimentaire et nutritionnel, des différents types d'aliments et de nutriments, du packaging, des a priori concernant l'alimentation, de l'évolution des comportements et des habitudes alimentaires et du rôle de l'alimentation sur la santé.

Public(s) : adolescent

Mot(s)-clé(s) : activité physique, habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 17, 19, 23, 33, 47, 79, 87



Boite à outils. Prévention de la dénutrition chez les seniors.

[Maison de la nutrition de Champagne-Ardenne, s.d.]. Ce livret compile 6 thèmes : Perte d'appétit, plateau repas, courses, difficultés à avaler, hydratation insuffisante, enrichissement de l'alimentation. Ces 6 thèmes se déclinent en 2 volets, 1 volet aidant, 1 mémo à destination de la personne à risque de dénutrition qui est en format « affiche ».

Public(s) : adulte

Disponibilité(s) : 23, 87

Bon appétit. L'alimentation dans tous les sens.

[M Bastien, Bayard, 2010]. Ce livre ludique complète l'exposition éponyme (Cité des sciences et de l'industrie-Paris, 2010-2011). Les objectifs visent l'éducation à l'alimentation : lier acte de se nourrir et plaisir et goût et convivialité ; associer familles d'aliments et bienfaits ; pointer l'importance de l'équilibre entre activité physique et pratiques alimentaires ; faire réfléchir sur son propre comportement alimentaire ; développer un esprit critique et citoyen face aux offres alimentaires et aux médias. Un quiz permet de faire le point sur ses connaissances.

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique, habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 79



Branché sur mes signaux de faim et de satiété. Guide de l'enseignant pour l'activité d'apprentissage.

[Equilibre, 2015]. Ce document a été édité en lien avec le guide "5 pistes d'actions pour favoriser une image corporelle positive" réalisé par Equilibre. Il propose une activité destinée aux élèves des 1er et 2e cycles du secondaire visant le développement de la compétence 3 mentionnée dans le guide, à savoir l'adoption d'un mode de vie sain et actif. En réalisant cette activité, les élèves vont découvrir les signaux de faim et de satiété et apprendre à les reconnaître, à distinguer les indices internes et les indices externes de faim et de satiété et enfin, à comprendre les astuces concrètes pour reconnaître ses signaux de faim et de satiété.

[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adolescent

Disponibilité(s) : 86

Caddie malin (le) [Les achats malins]. Dossier pédagogique sur l'environnement, la consommation responsable et les écobilans.

[Office fédéral Suisse de l'environnement, 2008]. Ce dossier pédagogique propose des activités à faire en classe avec les enfants et les jeunes de 7-14 ans. L'enseignant y trouvera six approches de la consommation, chacune agrémentée de fiches pratiques, de boîtes à idées et de pistes d'activités pour approfondir la thématique. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)



Public(s) : adolescent, enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 17, 19, 86



Comment ramener sa fraise pour donner la pêche. Guide pédagogique à l'usage des ambassadeurs du fruit.

[C Pailharey, D Maes, Ministère de l'agriculture et de la pêche, 2009]. Ce document présente, dans le cadre de l'opération "Un fruit pour la récré", des outils et des ressources pour animer des activités sur les fruits et légumes, en fonction de 4 thèmes : apprendre, découvrir, jouer et goûter. Son objectif est d'associer la notion de plaisir à la connaissance du fruit et solliciter la curiosité et l'appétit par la découverte et le jeu.

[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

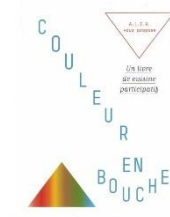
Disponibilité(s) : 16, 17, 24, 86

Couleur en bouche. Un livre de cuisine participatif.

[L Charney-Gazel, MT Fabregues, ALEH, 2011]. Cet ouvrage a pour objectif d'aider à équilibrer l'alimentation au quotidien par des infos, des conseils, des astuces et quelques recettes simples, faciles à réaliser à des prix raisonnables.

Public(s) : adulte

Disponibilité(s) : 19



Cuisiner les jardins. Du jardin à l'assiette : de l'importance des ateliers pédagogiques pour une alimentation durable.

[Collectif régional d'éducation à l'environnement et au développement durable Auvergne, Association A.N.I.S. Etoilé, DRAAF Auvergne, 2013]. En donnant des idées pratiques d'animations, en identifiant les principaux obstacles et les différents leviers d'actions, ce guide encourage à la mise en place d'actions éducatives en associant les thèmes jardin et alimentation, de la graine à l'assiette.

[Egalement disponible en ligne : clic ici](#)

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 16, 24, 33

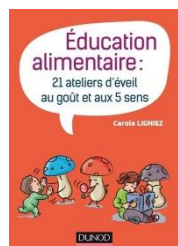
Cultiver le goût et l'odorat. Pour une éducation sensorielle de 2 ans 1/2 à 8 ans.

[D Druart, A Janssens, M Waelput, De Boeck, 2001]. Ce livre destiné prioritairement aux enseignants, développe une réflexion théorique et propose diverses exploitations pédagogiques sur les sens gustatif et olfactif. Il se base sur des expériences réalisées par les auteurs dans leurs pratiques quotidiennes.

Public(s) : enfant, petite enfance

Mot(s)-clés(s) : 5 sens

Disponibilité(s) : 33, 47



Éducation alimentaire : 21 ateliers d'éveil au goût et aux 5 sens.

[C Lignez, Dunod, 2019]. L'ouvrage apporte des données actualisées dans le domaine du goût, puis présente 21 ateliers pour les jeunes enfants de 7 mois à 5 ans et adaptés à chaque âge. Pour chaque atelier, les objectifs et les exploitations pédagogiques sont proposés.

Public(s) : enfant, petite enfance

Mot(s)-clés(s) : 5 sens

Disponibilité(s) : 16, 17, 23, 24, 47, 86, 87

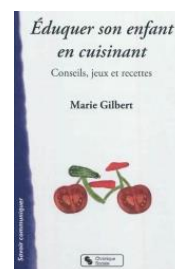
Eduquer son enfant en cuisinant ! Conseils, jeux et recettes.

[M Gilbert, Chronique sociale, 2012]. Cet ouvrage invite les parents à utiliser la cuisine comme ingrédient d'une éducation constructive. Il propose des suggestions simples pour accompagner l'enfant dans son développement et dans son désir de savoir-faire et des recettes faciles qui privilégient les fruits et les légumes. L'ouvrage offre également des jeux, des prolongements éducatifs pour favoriser entre autres : l'éducation sensorielle, le développement psychomoteur, les apprentissages préscolaires puis l'utilisation des acquis scolaires, l'exercice de la créativité.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clés(s) : 5 sens, fruits et légumes

Disponibilité(s) : 17, 33, 40, 47, 79



Enjeux pour leur santé. Alimentation, activités sportives et développement durable : des outils éducatifs pour les 3-11 ans.

[Scérén, CRDP Poitou-Charentes, 2008]. Ce cédérom a pour objectif de mettre à disposition des fiches pédagogiques comme supports d'ateliers "alimentation et activité physique". Ces fiches sont classées en 3 grandes thématiques (repas, denrées alimentaires, sensations et plaisirs) et sont déclinées pour chacun des cycles de l'école primaire.

Public(s) : enfant, petite enfance

Mot(s)-clés(s) : 5 sens, activité physique

Disponibilité(s) : 16, 33

Et si on s' parlait de l'esprit sportif ?

[Association les petits citoyens, 2014]. Ce 19^{ème} opus de la collection "Et si on s' parlait" aborde la thématique du sport, de ses règles, et de ses valeurs. Les enfants à partir de sept ans apprennent le vocabulaire utilisé dans le domaine du sport et les valeurs essentielles dans la pratique du sport qui sont aussi transposables dans la vie quotidienne.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 19



Et toi, tu manges quoi ? Petits débats entre ados.

[Infor Santé, 2010]. Cet outil est un programme pédagogique à destination des 14-18 ans autour de la thématique de l'alimentation. Il a pour objectif de favoriser l'esprit critique des adolescents par rapport à leurs choix alimentaires. Il propose d'instaurer des débats en classe sur des thématiques tournant autour de l'alimentation : les régimes, les fast-food, les produits light, l'alcool, les allégations santé, le développement durable, l'activité physique.

Public(s) : adolescent

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 16, 86

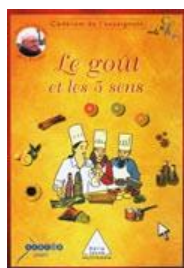
Fruits et légumes pour tous. Recueil d'expériences favorisant l'approvisionnement et la consommation de fruits et légumes des bénéficiaires de l'aide alimentaire.

[IREPS Languedoc-Roussillon, 2013]. Ce document s'adresse aux acteurs de l'aide alimentaire pour les sensibiliser à la problématique de l'accès et de la consommation des fruits et légumes, les inciter à développer des actions favorisant cet accès, leur fournir des pistes d'activités issues de l'expérience d'acteurs de terrain. Douze expériences sont décrites sous la forme de fiches en relevant pour chacune les atouts et les contraintes pour les bénéficiaires et les structures. La dernière fiche est dédiée à la formation des acteurs des animations. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire, fruits et légumes

Disponibilité(s) : 79, 87



Goût et les cinq sens (le).

[Scérén-CNDP, Odile Jacob multimédia, 2002]. Ce cdérom propose des séances pédagogiques sur l'initiation au goût et l'apprentissage du plaisir alimentaire dans les écoles primaires. Il fournit aux enseignants toutes les clefs nécessaires à la bonne marche d'une séance : exemples concrets, liste du matériel nécessaire, déroulement textuel, suggestions de pistes pédagogiques, encyclopédie sur le goût, glossaire interactif.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : 5 sens

Disponibilité(s) : 19, 87

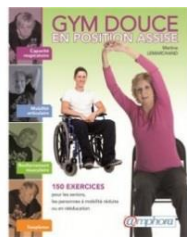
Guide pratique pour bâtir des activités de jardinage. Temps d'activités périscolaires.

[Groupement national interprofessionnel des semences et plants, 2014]. Ce guide est destiné aux porteurs d'un projet d'activités de jardinage dans le cadre des Temps d'activités périscolaires (TAP). La 1^{ère} partie fournit les éléments pour monter un projet. La 2^{ème} partie propose des pistes d'activités de jardinage au fil des saisons, d'activités liées au jardinage durable et à l'entretien des cultures. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 16, 17, 79, 86



Gym douce en position assise.

[M Lemarchand, Amphora, 2013]. Ce guide propose 150 exercices de gym douce accessibles aux seniors, personnes à mobilité réduite et personnes en phase de rééducation. L'introduction pose l'intérêt de l'activité physique et l'importance de la respiration. Les exercices sont présentés sous forme de fiches et classés par intérêt physiologique : capacité respiratoire, mobilité articulaire, renforcement musculaire et souplesse.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 33

Jardins en herbe : le potager éducatif aux quatre saisons.

[Editions du Croquant, 2007]. Cet ouvrage est un guide méthodologique à destination de l'éducateur (enseignant, animateur, parent) souhaitant créer et entretenir un jardin conçu comme support éducatif. Il présente la méthodologie de la démarche de projet, des conseils pratiques et pédagogiques, des exemples d'activités et des jeux coopératifs.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 79



Je mange, je bouge, je vais bien. Action de prévention de l'obésité infantile en école maternelle.

[CoDES des Bouches-du-Rhône, 2010]. Ce dossier pédagogique a trois objectifs : promouvoir l'alimentation équilibrée de l'enfant auprès des parents, sensibiliser les enfants des écoles maternelles aux bienfaits d'une alimentation équilibrée et de l'activité physique. L'intervention se déroule sur huit séances, chacune ayant un thème spécifique (les aliments protecteurs, les aliments bâtisseurs, les aliments énergétiques, les graisses et les sucres cachés, l'activité physique, etc.).

Public(s) : petite enfance

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 47

Jouer aux exercices. Jeux et exercices pour parents et enfants.

[Kino-Québec, 2012]. Ce guide propose des exemples d'activités physiques à mettre en oeuvre par les parents avec leurs enfants. Les jeux et exercices sont regroupés selon l'âge minimum (de la naissance à 5 ans) que l'enfant doit avoir pour les effectuer. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : petite enfance

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 79



Lutter contre les bactéries dans la cuisine.

[Cultures et santé, 2009]. Cet outil présente une série d'astuces permettant d'éviter la multiplication de bactéries dans la cuisine. Après une brève introduction expliquant les bactéries et les conditions dont elles ont besoin pour se multiplier, le carnet propose des gestes simples qui permettent de lutter contre leur prolifération. Ces gestes s'articulent autour de 4 thématiques : nettoyer pour éliminer les bactéries ; séparer pour éviter le passage des bactéries d'un aliment à un autre ; refroidir pour ralentir la multiplication des bactéries ; chauffer pour détruire les bactéries. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adulte

Disponibilité(s) : 17, 24

Manger, bouger pour ma santé. Education à la nutrition à l'école. Cycles 1 et 2. Guide de l'enseignant. Activités transdisciplinaires.

[Hatier, 2008]. Ce guide pratique a pour objectif de procurer à l'enseignant un ensemble de parcours sous la forme de 8 à 12 séances afin de lui fournir un éclairage scientifique fait de connaissances et un éclairage pédagogique. L'enjeu est la prévention du surpoids et de l'obésité, la démarche se fonde sur l'importance pour la santé d'avoir une alimentation saine et variée assortie de la pratique régulière d'activité physique.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 19, 23, 33, 47, 64, 79



Manger mieux, vivre mieux...

[CoDES de Haute-Saône, 2006]. Ce classeur a pour objectif d'apporter des repères qualitatifs et quantitatifs sur l'alimentation à un public ayant des difficultés d'accès à l'information. Il s'adresse à tout individu en quête d'informations, aux équipes éducatives et médicales, aux familles et aux réseaux de santé.

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 19, 64

Manuel des jardiniers sans moyens.

[Les Anges Gardins, 2011]. Cet ouvrage souhaite rendre le jardinage accessible à tous, et notamment aux plus défavorisés afin de leur permettre de manger davantage de fruits et de légumes. Il présente des techniques pour jardiner sans terre et sans se ruiner et explique grâce à des fiches détaillées comment obtenir facilement douze légumes différents.

[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire, alimentation durable, fruits et légumes

Disponibilité(s) : 16, 19, 24, 79, 86, 87



Mener un projet autour de l'alimentation au sein des structures de petite enfance. Guide pratique pour passer à l'action.

[CIVAM des Pyrénées-Orientales, CODES des Pyrénées-Orientales, Terres vivantes 66 (et al.), 2014]. Ce guide s'adresse aux élus et aux professionnels chargés de l'organisation de l'offre alimentaire au sein des structures de la petite enfance afin de les aider à mener un projet autour de l'alimentation. Il présente notamment des fiches thématiques : introduction de produits biologiques locaux dans les repas, ateliers de découverte sensorielle des aliments, mise en place d'atelier culinaire, organisation d'une visite chez un agriculteur bio, création d'un jardin pédagogique. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adulte, petite enfance

Mot(s)-clé(s) : 5 sens, alimentation durable

Disponibilité(s) : 24, 47



Mobil'anim. Une animation sur les mobilités.

[Cultures&Santé, 2011]. Cultures&Santé part de l'hypothèse qu'élargir le champ des représentations liées à la mobilité c'est permettre à chacun de porter un regard positif sur ses propres ressources, sa propre mobilité et son impact sur la vie quotidienne. Le document propose des repères théoriques, des pistes d'animation et des ressources documentaires, pédagogiques et associatives sur la problématique à destination des animateurs. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 17, 33, 79

Montessori à la maison. Découvrir les 5 sens.

[D Gilles-Cotte, Eyrolles, 2017]. Cet ouvrage propose une application concrète de la méthode Montessori à la maison. Il s'adresse à un public large : enfants, parents, professionnels de la petite enfance qui recherchent des idées pour développer les cinq sens des enfants. Le livre propose une introduction à la méthode, un conte et trente activités à réaliser soi-même.

Public(s) : enfant, petite enfance

Mot(s)-clé(s) : 5 sens

Disponibilité(s) : 33





Nutrition le CDVD.

[MGEN, Efficience Multimédia, 2005]. Ce module de ressources pédagogiques sur le thème de la nutrition est à disposition des enseignants. On y trouve des repères sur l'équilibre alimentaire.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 19, 33, 40, 47, 87

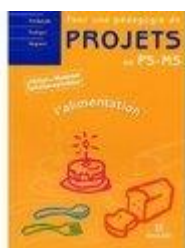
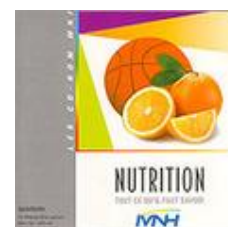
Nutrition tout ce qu'il faut savoir.

[MNH, 2009]. Ce cédérom contient 200 pages d'informations relatives à la diététique et aux bienfaits de l'exercice physique afin d'éviter les pathologies liées à de mauvaises habitudes alimentaires. Il comprend l'intervention de divers spécialistes, des quizz qui permettent de faire le point sur les connaissances en lien avec l'alimentation.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 19, 64



Pour une pédagogie de projets en PS-MS. L'alimentation.

[Magnard, 2005]. La collection "Pour une pédagogie de projets en PS-MS" s'adresse aux enseignants de petites et moyennes sections de maternelle. Cet ouvrage concerne plus spécifiquement l'alimentation. Chaque projet est décliné sous forme d'étapes décrites par des fiches pédagogiques; il propose également des fiches photocopiables d'activités, des fiches outils et des fiches d'évaluation.

Public(s) : petite enfance

Disponibilité(s) : 33, 47, 64

TONUS Toulon Objectif Nutrition Santé Scolaire.

[CoDES du Var, 2015]. TONUS est un dossier pédagogique créé par CODES 83, la Ville de Toulon et l'Éducation nationale pour faciliter la mise en œuvre d'actions d'éducation pour la santé sur la nutrition auprès des enfants (6-11 ans). Il réunit des documents pertinents et accessibles afin d'aider aux professionnels dans la mise en place des projets, en cohérence avec les recommandations du programme national nutrition santé.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 24, 33, 40, 47



Un coup de fourchette pour le climat. 7 fiches pratiques pleines d'astuces pour réduire les gaz à effet de serre de notre alimentation !

[Réseau Action climat France, 2015]. Ce guide a pour objectif de permettre aux consommateurs de comprendre les grands enjeux en matière de climat et d'alimentation. Il propose une série de "gestes" faciles à mettre en place à la maison et lors des achats, ainsi que des recettes, rassemblés en 7 catégories : Manger moins et moins riche ; Manger moins de viande et de produits laitiers ; Manger de saison ; Manger bio ; Lutter contre le gaspillage ; Manger local ; Acheter moins transformé et moins emballé. La publication s'arrête également sur ce qu'il est possible de faire au restaurant ou à la cantine. Enfin, un tableau, facile d'utilisation, permet

de calculer soi-même les émissions de gaz à effet de serre de plats ou de menus. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 24

Voyage à la découverte du goût. Livret pédagogique.

[A Blanquet, Play Bac, 2003]. Ce livret invite les enseignants à réaliser avec les élèves une leçon sur le goût. Les expériences proposées emmèneront les enfants à la découverte du goût, participant ainsi à la promotion de comportements alimentaires sains.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 33, 40, 87



Des jeux



4 heures des champions (les).

[Bélénos Enjeux Nutrition, s.d.]. Ce jeu de cartes éducatif propose, aux enfants à partir de 5 ans, de s'intéresser au rythme des repas et des activités quotidiennes. A travers la reconstitution de quatre journées, l'enfant est amené à identifier les différentes familles d'aliments, construire sa journée et apprendre à planifier les temps forts pour devenir autonome (sommeil, hygiène, alimentation, activité physique, ...).

Public(s) : enfant, petite enfance

Mot(s)-clé(s) : activité physique

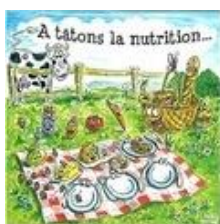
Disponibilité(s) : 16, 24, 33, 40, 47, 87

A table !

[ADOSEN, 2005]. Ce jeu de cartes sur l'équilibre alimentaire d'un repas est destiné à un public d'enfants dès 7 ans (du CE2 à la 5e). Le but du jeu est d'être le premier à avoir composé un repas équilibré.

Public(s) : adolescent, enfant

Disponibilité(s) : 23, 33, 40, 47



A tâtons la nutrition.

[Ville de Châteauroux, 2005]. Ce jeu de plateau est le fruit du travail de 11 jeunes élus de la commission santé 2003/2004 du conseil municipal d'enfants de la ville de Châteauroux. Il apporte de manière ludique des informations autour de l'équilibre alimentaire et sur les différents groupes d'aliments. Des questions variées et diversifiées permettent un échange interactif entre les joueurs.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 19

Au fil des saisons, voyage au pays des fruits et des légumes.

[MSA Alpes-Vaucluse, Li Granjo Escolo, 2016]. Ce jeu, à partir de 2 ans, a pour objectif de faire découvrir les fruits et légumes en fonction des saisons via plusieurs animations et jeux interactifs. De nombreuses ressources pédagogiques et professionnelles sont proposées en complément dans le DVD.

Public(s) : enfant, petite enfance

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 86



Avec Arthur et Lisa, bien choisir les aliments, c'est facile !

[S Leuthreau, AFSSA, 2005]. Ce cédérom a pour objectif de sensibiliser les enfants de 8 à 12 ans à la sécurité des aliments et à la nutrition. Par l'intermédiaire d'Arthur, de Lisa et du professeur Crobus, l'enfant est amené à approfondir ses connaissances sur les questions suivantes : comment bien choisir les aliments ? comment les conserver ? comment préparer un repas équilibré ? Comment prévenir les risques alimentaires ?

Public(s) : adolescent, enfant

Disponibilité(s) : 17, 24, 47, 64, 87

Balanza. La planète des équilibres.

[C Burton, F Guiot, Latitude junior, 2009]. Conçu avec des partenaires de commerce équitable, ce jeu familial et coopératif permet d'aborder de manière ludique et interactive les sujets liés à la consommation responsable, au commerce équitable et à la citoyenneté.

Public(s) : adolescent, adulte, enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 19, 86, 87



Bon appétit.

[Nathan, 2009]. Cet outil permet de sensibiliser les enfants de quatre ans et plus, à la notion d'équilibre alimentaire ; l'enfant apprend tout en s'amusant à constituer son plateau-repas, en reconnaissant chaque groupe d'aliments et le rôle de chacun d'entre eux. Au centre du plateau de jeu se trouvent 6 selfs où sont représentés les 6 groupes d'aliments indispensables. L'objectif du jeu est de remplir le plateau-repas avec 1 seul aliment de chacun des 6 groupes.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 33

Bouger, c'est bon pour la santé - Quizz santé.

[INPES, 2008]. Réalisé dans le cadre de la campagne «la santé vient en mangeant», cet éventail de questions permet d'animer un échange sur la nutrition afin d'intégrer les recommandations du PNNS.

Public(s) : adulte

Disponibilité(s) : 19, 40, 64





Course aux miams (la). Rallye Quiz.

[J Lempersse, Abeilles éditions, s.d.]. Ce jeu permet de sensibiliser les joueurs et leurs familles au thème de l'alimentation et de l'activité physique. Les règles du jeu sont basées sur les principes du rallye, et les joueurs ont donc pour objectif de gagner le trophée en passant par des étapes et des obstacles. Ce support est utilisable avec un petit nombre de joueurs mais aussi dans un cadre scolaire, notamment pour l'animation d'atelier nutrition sur les plaisirs du bien manger auprès des classes CE1 et CE2. Il peut aussi être adapté pour une utilisation en mode jeu de l'oie pour jouer collectivement.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 33, 40, 47

DID ACT Box - Jeux diététiques.

[A Chemineau, S Bertrand, Prandialib, 2018]. Cette boîte de quatre jeux permet d'aider les enfants diabétiques à s'approprier leur diabète et à devenir plus autonomes. Ces jeux se basent sur un système de 110 cartes parmi lesquelles des cartes aliment, matériel, problème, action et bonus. En mode jeu, le joueur incarne une personne diabétique avec pour "mission" de réaliser un plateau repas équilibré. En mode support, le participant doit mémoriser les quantités de glucides correspondant à chaque portion d'aliment.



Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 19, 23, 40, 47, 79, 87



Dis, comment ça pousse ? Le coffret.

[C Pollet, De La Martinière Jeunesse, 2018]. Ce coffret de jeux permet de découvrir comment poussent 80 fruits et légumes, à l'aide d'un memory, de magnets, d'un poster sur les fruits et légumes de saison et d'un cahier d'activités. Il peut être associé à l'ouvrage jeunesse "Dis, comment ça pousse ?".

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 47

Eco'landi. Le memory du potager.

[Association Redécouverte de notre nature, 2012]. Ce jeu éducatif et coopératif sur le jardin potager est à destination des adultes et enfants dès 8 ans. Il propose l'acquisition de techniques et de savoir-faire en jardinage écologique, offrant ainsi aux joueurs la possibilité de réaliser un potager respectueux de l'environnement et de devenir de véritables jardiniers. Il fournit des astuces et conseils pour réduire les travaux d'entretien du potager. Il permet d'identifier les insectes et les plantes auxiliaires, d'apprendre à économiser les ressources naturelles et à comprendre l'intérêt de la biodiversité.



Public(s) : adulte, enfant

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 24



Ekipod : Destination santé.

[Ligue Vaudoise contre le cancer, s.d.]. Ce jeu traite de l'alimentation, de la prévention solaire et de l'activité physique. Il permet aux joueurs de prendre conscience des choix auxquels ils sont confrontés quotidiennement. Il les sensibilise aux comportements les plus adéquats pour leur santé. Des mises en situation permettent d'anticiper les bénéfices ou les risques de son comportement.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 17

Equilibrio.

[CIV, 2002]. Ce jeu de 80 cartes a pour objectif d'apprendre à manger de façon équilibrée en composant soi-même différents menus selon ses besoins nutritionnels et ses goûts tout en s'amusant.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 19, 23, 33, 40, 47, 79



Et toque !

[E Piard, B Turkiquer, Libellud, 2011]. Ce jeu sur la cuisine invite à prendre la place d'un grand chef. A l'aide d'ingrédients piochés au hasard (plus de 300 sont disponibles, du plus classique au plus étonnant), les participants doivent composer un menu. Parmi les nombreux défis culinaires se trouveront des menus classiques ou beaucoup plus farfelus (le goûter sans dent, le menu avec les doigts ou bien encore le repas des vampires).

Public(s) : adolescent, adulte, enfant

Disponibilité(s) : 33

Glouton malin (le).

[ADOSEN, 2002]. Ce jeu de plateau met à table six personnages différents, qui doivent remplir leur grille alimentaire. Objectif : réaliser l'équilibre alimentaire journalier de personnages différenciés par l'âge, le sexe ou la pathologie.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 24, 33, 40, 47



Grand miam (le). Un jeu sur le trajet des aliments.

[Institut Danone, CFES, s.d.]. Le grand miam est un jeu de l'oie destiné aux enfants de 6-8 ans permettant de découvrir le parcours et la digestion des aliments dans l'organisme.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 16, 79



J'ai faim !

[Fondation Mustela, Paille édition, 2004]. Avec l'aide d'un adulte-animateur, les joueurs, apprentis-cuisiniers, vont tenter de préparer les menus d'une journée type comprenant : le petit déjeuner, le déjeuner, le goûter et le dîner. A tour de rôle, chacun va annoncer quel aliment il pense trouver dans la pioche pour compléter l'un des repas, puis il ira tourner la cuillère dans le chaudron du chef la Tambouille.

Public(s) : enfant
Disponibilité(s) : 33

J'aide mon enfant à... bien manger.

[Bioviva éditions, 2018]. Ce jeu de la collection "J'aide mon enfant à..." propose 10 activités pour aider les enfants à composer le menu de la semaine, cuisiner comme un grand, planter des graines, découvrir ce qu'est une alimentation équilibrée. Un kit « découverte des légumes » pour aider les enfants à bien manger complète ce jeu.



Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 16, 23, 24, 47, 87



J'apprends à bien manger.

[Nathan, 2010]. Ce jeu aide les enfants, à partir de 4 ans, à découvrir des informations sur les aliments et des conseils pour apprendre à équilibrer ses repas. L'enfant doit composer son menu en choisissant une entrée, un plat, un laitage et un dessert sans oublier le pain et l'eau. Le premier à avoir complété son plateau repas gagne la partie.

Public(s) : enfant
Disponibilité(s) : 47

Jeu de la ficelle (le). Un outil pour déjouer votre assiette.

[D Cauchy, Rencontre des continents, Quinoa, Solidarité socialiste, 2009]. Le jeu de la ficelle est un outil qui permet de visualiser et de modéliser les liens entre la consommation alimentaire, les éléments qui déterminent le mode de consommation et les impacts de ce modèle. Ces liens sont représentés par une ficelle reliant les différents acteurs en interaction. Ses objectifs sont de faire prendre conscience des impacts du modèle alimentaire sur l'environnement, la sphère socio-économique et la santé ; de favoriser la construction d'une pensée globale, complexe et critique ; de favoriser la construction d'un regard critique sur le modèle de la société de consommation ; et d'ouvrir des perspectives d'actions alternatives au modèle actuel, tant individuelles que collectives. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)



Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable, habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 16, 17, 40, 86



Jeu de l'énergie.

[Lafi Bala, 2014]. Kit d'animation pour un jeu (d'une durée d'1h à 2h) qui amène les participants à composer leur plateau repas (comme à la cafétéria) en choisissant des fiches plats puis à calculer (grâce aux données indiquées au verso des fiches plats et de fiches de calcul) d'une part la valeur nutritionnelle et énergétique de leur repas (équilibre alimentaire), d'autre part l'impact écologique de leur menu (moyen de transport et kilomètres parcourus par les aliments choisis, gaz à effet de serre émis). Les résultats servent de base de discussion sur l'alimentation, la santé et le développement durable.

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

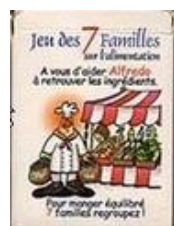
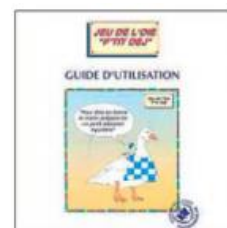
Disponibilité(s) : 79

Jeu de l'oie "P'tit déj".

[Organismes sociaux de l'Oise-service d'éducation pour la santé, 2001]. Un jeu pour prendre connaissance d'informations sur les groupes d'aliments et la composition d'un petit déjeuner équilibré, évaluer ses connaissances, s'exprimer et débattre.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 19, 24, 33, 47, 64



Jeu des 7 familles sur l'alimentation.

[M Puyo, Mutualité des Hautes-Pyrénées, 2005]. Ce jeu de cartes s'adresse aux enfants et aux parents dans le but de leur faire connaître les groupes d'aliments ainsi que leurs fonctions nutritionnelles.

Public(s) : enfant

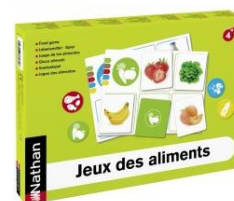
Disponibilité(s) : 33, 40, 47, 79

Jeux des aliments.

[Nathan, 2014]. Ce jeu propose trois types d'activités. Un jeu de langage : en observant les planches photos, les enfants apprennent à reconnaître les différents aliments, leur origine, décrire un plat. Un jeu de tri : des jetons ronds représentent cinq groupes d'aliments et permettent de trier les photos par saveur, couleur, type de repas. Deux jeux de loto : loto « 1 groupe d'aliments » ou loto « 5 groupes d'aliments ».

Public(s) : enfant, petite enfance

Disponibilité(s) : 33



Joue avec l'Agence française de sécurité sanitaire des aliments !

[AFSSA, 2006]. Ce jeu est composé de 54 cartes qui correspondent à 25 questions et réponses sur l'alimentation : nutriments fournis par les aliments et rôles dans l'organisme, composition nutritionnelle, repères de consommation, repas équilibré, sécurité alimentaire.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 47, 64



Jouons à bien manger.

[Diabète ensemble, Heladon, 2009]. Le but de ce jeu est de classer les aliments du moins gras au plus gras ou du moins sucré au plus sucré. Les personnes diabétiques apprennent ainsi à élaborer un repas équilibré et améliorent leurs connaissances nutritionnelles.

Public(s) : adulte

Disponibilité(s) : 16, 19, 33, 40, 47, 64, 79, 86

Loto des odeurs (le).

[V Debroise, Sentosphère, s.d.]. Ce jeu de société a pour objectif de développer l'odorat tout en s'amusant. Il permet également de développer l'imaginaire, la mémoire et faire des associations d'idées.

Public(s) : enfant, petite enfance

Mot(s)-clé(s) : 5 sens

Disponibilité(s) : 24, 33, 40, 47, 64



Manger sain c'est sympa, le jeu !

[Ligue nationale contre le cancer, Aprifel, Epidaure, 2002]. Ce jeu de cartes permet de découvrir en s'amusant que bien manger rime avec santé. On apprend en jouant à reconnaître les divers groupes d'aliments, à découvrir leurs apports nutritionnels et à associer les aliments dans la diversité et la variété.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 24, 40, 47, 79

Maxiloto des aliments.

[Nathan, 2014]. Ce jeu, pour les enfants de deux ans et plus, est composé de 36 photos d'aliments à placer sur 6 planches de jeu représentant une famille d'aliments : fruits et légumes, céréales et produits dérivés, produits laitiers, viande, poisson et oeuf, matières grasses, épices et aromates. Les enfants apprennent à nommer les aliments et s'initient à l'équilibre alimentaire.

Public(s) : petite enfance

Disponibilité(s) : 16



Mieux dans son corps, mieux dans sa tête, bien avec les autres !

[Pièces jaunes, Fondation Hôpitaux de Paris, Scérén-CNDP, 2015]. Ce jeu permet d'aborder avec les enfants les thèmes de l'alimentation, le sommeil, l'hygiène corporelle, les addictions et l'activité physique. Il est composé d'un livret d'exercices et d'une affiche qui invite, de façon ludique, à adopter les bons gestes au quotidien. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 17, 24, 33, 47, 79

Milgraines. Les plantes agricoles de nos régions.

[GNIS, 2010]. Ce jeu éducatif a pour but de permettre aux joueurs de mieux connaître : l'agriculture et les plantes cultivées à l'origine de notre alimentation, les relations entre les plantes, les hommes et les milieux, la diversité des origines des plantes agricoles, des espèces et des variétés, des utilisations et usages alimentaires.

Public(s) : adolescent, enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 16, 17



Nutrissimo. Voyage au centre de l'alimentation.

[Institut Pasteur de Lille, Ravensburger, 2000]. Jeu éducatif sur l'alimentation : bien se nourrir est agréable et amusant. Voyage à travers les aspects nutritionnels et culturels des aliments. 1 planche de jeu et 100 cartes questions/réponses.

Public(s) : adolescent, enfant

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 19, 47

Parfumaster. Les odeurs du verger-potager.

[V Debroise, Sentosphère, 1992 et rééd.]. Ce jeu permet d'échanger des souvenirs, de développer l'odorat, ses perceptions gustatives, sa culture et sa mémoire. Il existe 4 règles du jeu: 1) Associer le plus de boîtier senteur avec la carte correspondante ; 2) Reconnaître davantage d'odeurs que les autres joueurs ; 3) Décrire oralement les sensations olfactives pour faire deviner les autres joueurs ; 4) Placer tous les boîtiers senteurs sur les cartes pour tester son sens olfactif.

Public(s) : enfant, petite enfance

Mot(s)-clé(s) : 5 sens

Disponibilité(s) : 17, 33, 47, 64, 79



P'tit toqué (le).

[S Besse, 2012]. Ce jeu permet de promouvoir des comportements favorables à la santé en matière de nutrition et d'activité physique régulière, et de fournir aux enfants les bases d'une bonne hygiène alimentaire. Le jeu permet d'aborder la nutrition selon plusieurs axes : initier un dialogue entre enfants et adultes au sein de la famille, mais aussi entre copains, au sein d'établissements scolaires, ludothèques, centres sociaux, etc. ; sensibiliser l'enfant aux aliments : l'aider à mémoriser les différentes catégories d'aliments, lui donner envie de les choisir et de les consommer ; lui apprendre à cuisiner grâce aux cartes ustensiles de cuisine ; lui faire comprendre l'utilité de pratiquer une activité physique régulière.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 19, 64, 79

PoussCady.

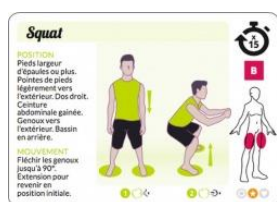
[Association PoussCADY, 2009]. L'objectif de ce jeu est d'apprendre à faire ses courses avec perspicacité, de manipuler les chiffres, connaître la valeur des produits, de savoir lire les étiquettes et reconnaître les logos, de mieux appréhender l'espace d'une grande surface et d'acquérir des notions de consommation responsable. Les joueurs sont placés en situation active dans un grand magasin. Chaque joueur choisit une liste d'achat initiale. Il établit son parcours dans le magasin en fonction des produits qui figurent sur la liste.



Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clés(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 17, 87



Prunch ! Le jeu de cartes qui met le sport dans ta poche.

[C Prunet, S'capad santé, 2018]. Réalisé par une éducatrice sportive, spécialiste du sport adapté, ce jeu de cartes permet à toute personne de réaliser une activité physique en toute sécurité. Chaque carte est illustrée et reprend le mouvement à effectuer en détail : le nom de l'activité, la posture à prendre et le mouvement à effectuer, le temps nécessaire (symbolisé par un chronomètre), une lettre (A, B, C) informe sur la difficulté de l'exercice, le schéma du corps humain permet de voir quel muscle travaille, et des symboles informent si l'exercice fait travailler l'équilibre, la force, le cœur. De plus, des cartes "étirements" accompagnent l'outil. Elles peuvent être utilisées après une séance d'activité physique ou en séance d'assouplissement. Ces exercices peuvent être réalisés seul ou accompagné.

Public(s) : adolescent, adulte, enfant

Mot(s)-clés(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 16, 17, 19, 23, 24, 33, 40, 47, 64, 79, 86, 87



Qu'avez-vous dans le ventre ? Des jeux sur l'alimentation et la santé.

[P Laporte-Mueller, S Fromager, Société Editrice du Monde, CNRS, 2016]. Ce hors-série du Monde propose plus de 200 quiz et jeux sur l'alimentation à travers l'histoire, depuis la préhistoire jusqu'aux défis alimentaires de demain, du tube digestif au panier-repas et des livres de recettes au contenu des assiettes.

Public(s) : adolescent, adulte

Disponibilité(s) : 79

Quelle saison ?

[L'ambassade du bien vivre alimentaire, 2015]. Cet outil est un jeu coopératif pour sensibiliser à la saisonnalité des fruits et des légumes. Les joueurs apprennent à reconnaître les fruits et légumes cultivés en France et les associent à une saison. Ils doivent, dans un premier temps, répondre à des cartes questions, puis dans un second temps à des cartes "défi" : je dessine, je mime, 3 mots pour deviner... Le jeu prévoit comme objectif commun la dégustation d'une préparation à base de fruits ou de légumes de saison. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)



Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clés(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 79



Quiz. Budget et équilibre alimentaire.

[FRAPS-IREPS Centre-Val de Loire, 2020]. Cet outil propose des 46 cartes-questions autour du budget et de l'équilibre alimentaire : faire les courses, disposition des produits dans les rayons, choix des aliments, etc.

[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adulte
Disponibilité(s) : 24

Quiz de la forme. A vos marques : prêts, bougez !

[Assureurs Prévention Santé, 2015]. Cette série spéciale des Incollables comprend une cinquantaine de questions pour sensibiliser les enfants de 6 à 11 ans sur l'activité physique dans la vie quotidienne. Le quizz propose différents niveaux de difficulté, "facile", "moyen" ou "expert", incitant les plus jeunes à en apprendre davantage sur les activités physiques ou sportives et les bienfaits de leur pratique sur la santé.



Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 16, 17, 19, 79, 86



Quiz'in légume.

[Fondation Louis Bonduelle, 2009]. Ce jeu de l'oie est consacré aux légumes. Il a pour objectif d'aider les enfants à apprendre, sous forme ludique, le nom des différents légumes. Il s'adresse aux enfants de plus de 8 ans mais peut être adapté à un public plus jeune.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 16

Quiz'Inn. L'auberge du savoir alimentaire.

[ADIJ des Côtes-d'Armor, 2014]. Ce jeu a été conçu pour aborder le sujet de l'alimentation avec des jeunes, à partir de 14 ans. Au travers de 6 thèmes (sécurité alimentaire, aspects culturels, sciences et savoirs, équilibre nutritionnel, habitudes et comportements, goûts et saveurs), il permet aux jeunes de développer leurs connaissances, de les sensibiliser à des questions de société autour de l'alimentation, et de questionner leurs représentations et perceptions de la nourriture. Le jeu est essentiellement composé de questions de connaissance rédigées par des professionnels à partir des interrogations de jeunes, des cartes "défis" (mimes, devinettes, dessins...) viennent ponctuer le déroulement du jeu, en apportant un côté ludique et de la dynamique au groupe. Le livret de l'animateur précise le matériel supplémentaire à prévoir pour les défis (chronomètre, tableau pour dessiner...). Il indique également des possibilités de variantes pour utiliser le jeu de manière plus ciblée et/ou dans la durée.



Public(s) : adolescent

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 16, 17, 23, 24, 33, 40, 47, 64, 79, 86, 87



Repas gras ou sucré ? A vous de jouer !

[Maison du diabète, de la nutrition et du coeur du Mans, 2008]. Destiné à la prévention des maladies cardiovasculaires et à l'éducation thérapeutique du patient diabétique, ce jeu de cartes consiste à faire élaborer en séance d'éducation individuelle ou de groupe, un menu équilibré sur une journée. Le patient compose son menu à partir d'une centaine de cartes présentant des plats photographiés sous différentes portions, des aliments de base, des boissons ou produits gras et sucrés...

Chaque carte présente au verso la part des sucres lents, sucres rapides, graisses végétales et graisses animales contenue dans le plat, ainsi que son poids et sa valeur énergétique. Cet outil pourra être utilisé plus globalement dans le cadre d'une action d'éducation à l'équilibre alimentaire. Basé essentiellement sur le visuel, cet outil pourra être utilisé avec des publics ne maîtrisant pas ou peu l'écrit.

Public(s) : adolescent, adulte

Disponibilité(s) : 40

Santé'Tour. Les jeunes s'approprient des savoirs essentiels.

[C Despet, C Ruiz, MJ Bredillet, Valorémis, 2017]. Ce jeu est composé de 320 cartes-questions (Bla/Bla et Vrai/Faux) qui traitent des thématiques suivantes : l'équilibre alimentaire ; la vie des médicaments ; la prévention au quotidien ; la découverte de la sexualité. L'objectif de ce jeu est l'apprentissage : 2 groupes (2 équipes) s'affrontent sous les regards neutres du maître du jeu et de l'arbitre, chacun ayant une place et un rôle bien définis. Ils ne touchent jamais le plateau et laissent les joueurs débattre entre eux, jusqu'à l'obtention d'une réponse commune et définitive.



Public(s) : adolescent

Disponibilité(s) : 17, 23, 33, 40, 47, 64, 86, 87



Secoury et la nutrition. Autre titre : Secoury et l'alimentation.

[Abeilles éditions, 2010, 2014 et 2015]. Ce jeu de 7 familles propose également un quiz sur l'alimentation et l'activité physique. Il a été développé en partant du constat qu'un bon équilibre nutritionnel et qu'une consommation variée avec une répartition satisfaisante des quantités, associés à la pratique régulière d'une activité physique, permettent de préserver un bon état de santé et la qualité de la vie. Les familles sont :

viandes, poissons et oeufs ; produits laitiers ; pains et féculents ; boissons ; matières grasses ; fruits et légumes ; activités physiques.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clés(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 19, 40, 47, 64, 86, 87

Sport parcours sans faute.

[CNOSF, Play Bac, s.d.]. Cet outil est un jeu de quizz sous la forme d'un éventail. Il permet d'aborder les bienfaits d'une pratique sportive, l'importance de l'entraînement et les dangers du dopage avec un public adolescent. Eventail de 6 fiches, 18 questions et des conseils.

Public(s) : adolescent

Mot(s)-clés(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 86

Trivial prévention sport et handicaps.

[SEDAP, 2008]. Ce dvdrom propose un jeu interactif dont l'objectif est de promouvoir les activités physiques en faveur des personnes en situation de handicap. Il comporte 3 niveaux : "Sensibilisation", "Information", "Formation".

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 16, 17, 19, 24, 79, 86, 87



Trouver bouger.

[La ligue contre le cancer, 2017]. Les joueurs doivent réaliser des défis en lien avec l'activité physique. Trois types de défis sont proposés : défi "Mime" (le joueur doit faire deviner une activité physique en moins de 20 secondes en mimant), défi "Physique" (le joueur doit réaliser une épreuve physique), défi "Question" (le joueur doit répondre à une question portant sur les bienfaits de l'activité physique). Ce jeu de 57 cartes est conçu pour être accessible à partir de 4 ans.

Public(s) : enfant, petite enfance

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 47, 79

Tu manges quoi ? Le jeu de l'équilibre alimentaire.

[Mairie de Bordeaux, 2005]. A partir des différents éléments composants la mallette, plusieurs règles de jeu sont proposées avec le même procédé : répartir les cartes sur les sets. Chaque règle répond à un objectif : identifier les familles d'aliments ; faire découvrir les règles de l'équilibre alimentaire ; confectionner un repas équilibré ; aborder la notion de plaisir dans l'équilibre ; découvrir les fruits et les légumes et inciter à leur consommation. Les supports sont uniquement visuels (photos, pastilles de couleurs).

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 17, 24, 33, 40, 47, 64



Des mallettes et des kits



1,2,3... Bougez ! Nelly et César.

[SEDRAP, 2013]. Cet outil propose des activités qui visent à développer la motricité des enfants de maternelle, de 2 à 5 ans. Il est composé de 80 fiches de psychomotricité construites autour de 10 thématiques. Pour chaque thème, 8 fiches illustrent des exercices et mouvements dont 4 s'adressent aux plus petits et 4 aux plus grands. Les fiches sont accompagnées d'un guide d'utilisation pour l'animateur et de suggestions pédagogiques.

Public(s) : petite enfance

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 16, 19

5 sens et l'alimentation (les).

[L Schmitter, Sed, 2006]. Cette valise pédagogique fournit à l'enseignant de maternelle un panel d'outils variés (jeux éducatifs, posters) pour éveiller la curiosité des enfants et leur faire découvrir les cinq sens et l'alimentation. Elle comprend : 2 albums : "Drôles de goûts" et "Mon abécédaire des aliments", des cartes photographies d'aliments + saveurs, un memory olfactif, un cd audio, un guide ressources "Les 5 sens et l'alimentation, cycle 1 et 2", etc.



Public(s) : enfant, petite enfance

Mot(s)-clé(s) : 5 sens

Disponibilité(s) : 87



Abracadabra, goûte-moi ça.

[Latitude jeunes, 2013]. Cet outil permet aux enfants de 4 à 7 ans de découvrir des aliments, de se positionner par rapport à leurs goûts, leurs besoins et leur plaisir. Il aborde la découverte des différentes habitudes alimentaires pour permettre aux enfants de définir les leurs dans la structure où ils se trouvent, de prendre conscience de ce qui les influence dans leurs choix alimentaires et de prendre du recul par rapport aux messages publicitaires.

[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : enfant, petite enfance

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 17, 86, 87

Activator.

[IPCEM, 2013]. Cet outil permet au patient, avec l'aide du soignant, d'identifier les avantages et les freins qu'il entrevoit à la pratique d'une activité physique et de concevoir une stratégie permettant de débiter, reprendre, maintenir une activité physique.

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 16, 19, 40, 47, 79, 87



A la découverte des fruits et légumes. Ateliers ludo-éducatifs pour les classes de CP et CE1.

[CTIFL, s.d.]. Ce kit pédagogique a pour objectif d'enrichir les connaissances sur les fruits et légumes tant sur le plan botanique que gustatif.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 33



Alimentation (I).

[Cultures et santé, 2010]. Cette affiche, support de réflexion et d'animation, a pour objectif de proposer une vision multifactorielle de l'alimentation par la représentation des facteurs physiologiques, identitaires, psycho-socio-affectifs, liés aux ressources et aux modes de vie. Elle a pour but de susciter la réflexion sur la perspective globale de l'alimentation. L'affiche est accompagnée d'un manuel d'utilisation qui fournit des repères théoriques aux professionnels.
[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 86



Alimentation atout prix.

[INPES, 2005]. Cet outil de formation et d'animation a pour objectif de donner les éléments de base pour concevoir une alimentation diversifiée et adaptée aux besoins des personnes dans le cadre de moyens réduits sur le plan financier et culinaire. Classeur 264 fiches.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire

Disponibilité(s) : 16, 17, 19, 23, 24, 33, 40, 47, 64, 79, 86, 87

L'alimentation c'est aussi...

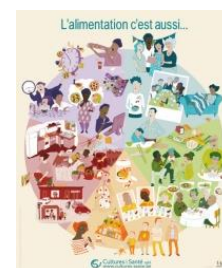
[Cultures et santé, 2014]. Cet outil pédagogique a été créé afin de soutenir des animations qui appréhendent l'alimentation sous ses multiples dimensions, dans une approche globale de promotion de la santé. Il se compose d'une affiche mosaïque et d'un guide d'accompagnement, et illustre une multitude de facteurs qui influencent l'alimentation tels que le budget, l'équipement et l'offre alimentaire à disposition, le plaisir associé à l'alimentation, les habitudes et rythmes de vie, les traditions... Il vise la création d'un espace d'échanges et de réflexion autour de l'alimentation, de ses multiples dimensions et représentations. Le guide fournit au professionnel des repères théoriques concernant l'approche de promotion de la santé et les différents facteurs qui influencent l'alimentation ainsi que des pistes d'animation à partir de l'affiche.

[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 16, 17, 24, 33, 40, 47, 64, 79, 86, 87



Alimentation et insertion. Guide d'accompagnement du calendrier "Tous à table".

[Ministère délégué à la cohésion sociale et à la parité, 2004]. Cet outil fournit aux bénévoles et aux professionnels des structures d'aide alimentaire des astuces, des préconisations et des conseils adaptés sur l'alimentation. Il est complété chaque année par un calendrier proposant des recettes économiques, simples et attractives qui font la promotion d'une alimentation saine et équilibrée auprès d'une confrontée à la précarité.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire

Disponibilité(s) : 24, 47, 79, 86

Alimentation qu'en dites-vous (I') ? L'achat et les tentations.

[Cultures et santé, 2008]. Ce livret appartient contient des animations sur le thème de l'alimentation. Ce contenu fortement illustré de dessins aborde la question des achats de nourriture et des stratégies commerciales mises en place pour inciter à consommer et/ou à acheter. Cette collection poursuit une démarche de prise de conscience, de responsabilisation et de partage d'expérience dans l'acte d'achat et le choix des aliments pour préparer les repas. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire, habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 24, 33, 79 – 16, 17, 24 (version pro)



Alimentation qu'en dites-vous (I')? La préparation et le repas.

[Cultures et santé, 2008]. Ce document est un recueil de paroles sur l'alimentation et sur les thèmes plus particuliers que sont la préparation des repas, l'acte de manger et leurs multiples dimensions. Afin de permettre à tout public de participer aux animations, la retranscription des informations livrées par les participants s'est faite sous forme de dessins. C'est également sous cette forme que les savoirs sont présentés dans ce livret, accompagnés toutefois de propos des participants. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire, habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 17, 33, 79

Alimentation (I') : tout goûter, c'est jouer !

[I Durack, B Jobbe-Duval, Scérén, CRDP académie de Versailles, 2005]. Cet outil, composé de 6 jeux différents, met en situation l'enfant en lui offrant l'opportunité de s'intéresser à l'alimentation et d'en comprendre l'importance pour sa santé afin de l'aider à devenir un acteur de santé et de faire des choix alimentaires. Il permet d'expliquer de manière ludique et interactive l'importance, le rôle et l'origine des différents aliments pour sa santé et son développement corporel, de découvrir les différents goûts, d'équilibrer différents menus et de faire connaissance avec les différentes cultures du monde.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : 5 sens, activité physique, habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 16, 17, 24, 33, 47, 64



A table tout le monde ! Alimentation, culture et santé de la maternelle au CE1.

[CRDP académie de Montpellier, 2005]. Ces fiches d'activités permettent aux enfants une réflexion sur leurs connaissances, comportements et attitudes alimentaires. Elles abordent principalement les facteurs intervenant dans nos choix nutritionnels : les facteurs pratiques, socioculturels, psycho-affectifs et cognitifs. Cet outil propose à l'éducateur ou à l'enseignant une approche transversale et pluridisciplinaire de la thématique à travers plus de soixante activités collectives et individuelles regroupées en 5 modules.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 16, 33, 40, 79

Attitude santé cycle 2 (I').

[P Portenart, M Lacroix, USEP, 2008]. Cette mallette rassemble des documents et outils créés pour les enfants de CP et CE1. Les objectifs de cet outil sont de promouvoir la santé par les activités physiques et sportives, former des enfants acteurs de leur santé tout au long de leur vie et promouvoir la vie associative par la réalisation de projets sport-santé. Egalement disponible pour les CE2, CM1 et CM2 : la mallette « **L'attitude santé cycle 3** ».



Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 79



Aventure sensorielle dans l'alimentation (I').

[IREPS Pays-de-la-Loire, 2013]. Cet outil en ligne vise à favoriser l'approche sensorielle dans l'éducation nutritionnelle. Cette façon d'aborder l'alimentation offre la possibilité de découvrir ou redécouvrir nos 5 sens, s'ouvrir à l'écoute des stimulations corporelles et environnementales, savoir décrire ses ressentis. L'outil est conçu autour d'un panel diversifié de supports (guide pédagogique, fiches, photo-expression, propositions d'ateliers ludiques et pratiques...) et permet d'intervenir auprès de nombreux publics. <http://www.irepspd.org/aventuresensorielle/>

Public(s) : adolescent, adulte, enfant

Mot(s)-clé(s) : 5 sens

Disponibilité(s) : 33, 40, 79, 86

BBnut. L'alimentation des tout-petits de la naissance à 3 ans.

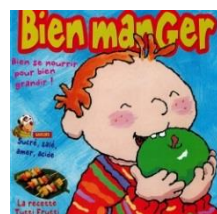
[CoDES de l'Essonne, 2009]. Cet outil, élaboré dans le cadre d'un projet pluriprofessionnel et multipartenarial, a pour objectif de rassurer et d'aider les parents ou futurs parents en situation de précarité, à proposer une alimentation adaptée à leurs jeunes enfants (0-3 ans). Il permet d'informer et de favoriser les échanges sur les repères pour la diversification, les différents aliments, les consommations hors repas, l'influence de la publicité et du prix des produits, la cuisine familiale et traditionnelle et la préparation des repas et enfin les dimensions éducatives et affectives de l'alimentation.



Public(s) : petite enfance

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire, habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 17, 24, 33, 40, 47, 64, 79, 86, 87



Bien manger. Bien se nourrir pour bien grandir !

[FCPE, ADOSEN, 2004]. Cette mallette permet de réaliser un projet d'éducation nutritionnelle auprès des enfants de maternelle. Les différents jeux proposés expliquent aux enfants comment bien se nourrir du matin au soir, les invitent à faire leur choix parmi les plats variés d'un self-service, les emmènent dans les coulisses d'une cantine pour comprendre comment sont conservés les aliments ou encore dans la nature pour découvrir l'origine des aliments. Une animation montre les familles d'aliments, le trajet qu'ils effectuent dans l'appareil digestif et leurs effets sur l'organisme.

Public(s) : petite enfance

Disponibilité(s) : 24, 40, 47, 64

Bisbrouille dans la tambouille. Réconcilier bon, vite fait, pas cher, éthique, durable, équilibré... possible ?

[Union nationale des mutualités socialistes-service promotion de la santé, 2016]. Cet outil est destiné à travailler les questions de l'alimentation avec un public adulte peu alphabétisé. Il a pour objectifs de faire réfléchir aux déterminants (freins et leviers) de l'accès à une alimentation de qualité, d'envisager les possibles et les limites au changement, d'expérimenter de nouvelles attitudes, de déculpabiliser par rapport aux messages normatifs, et de débattre avec les participants de leurs moyens d'action. L'outil est construit autour d'un guide qui propose des repères théoriques et 6 modules pour mettre en place un parcours d'animation complet.

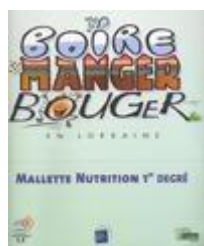
[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)



Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire, habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 16, 17, 33, 47, 79, 86



Boire Manger Bouger en Lorraine. Mallette Nutrition 1er degré.

[CRES Lorraine, 2007]. Cette mallette pédagogique regroupe des outils variés abordant l'alimentation et l'activité physique, en direction des élèves de la maternelle et du primaire, en milieu scolaire ou dans les temps de loisirs. Elle aborde cinq thèmes : besoins et apports nutritionnels ; rythmes nutritionnels ; diversité des plaisirs ; environnement nutritionnel ; histoire et culture.

Public(s) : enfant, petite enfance

Mot(s)-clé(s) : activité physique, habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 16, 19, 24, 33, 40, 47, 64, 79

Boire Manger Bouger en Lorraine. Mallette Nutrition 2nd degré.

[CRES Lorraine, 2007]. Cette mallette pédagogique regroupe des outils variés abordant l'alimentation et l'activité physique, en direction des élèves du collège et du lycée, en milieu scolaire ou dans les temps de loisirs. Elle aborde cinq thèmes : besoins et apports nutritionnels ; rythmes nutritionnels ; diversité des plaisirs ; environnement nutritionnel ; histoire et culture.

Public(s) : adolescent

Mot(s)-clé(s) : activité physique, habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 16, 19, 23, 24, 33, 40, 47, 79



Bouge avec les Zactifs !

[Assureurs Prévention Santé, 2015]. Ce kit pédagogique sur l'activité physique propose des films d'animation, exercices et pistes pédagogiques s'inspirant directement des programmes scolaires du CP au CM2. Conçus avec l'aide d'enseignants et de conseillers pédagogiques, ces outils peuvent être utilisés dans différentes disciplines : français, histoire-géographie, mathématiques, sciences, éducation physique et sportive, pratiques artistiques et histoire de l'art. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 16, 40, 47, 79, 87

Bouger, c'est bon pour ma santé - la Roue.

[DRJSCS Aquitaine, ARS Nouvelle-Aquitaine 2016]. Cet ensemble de supports fait partie du programme "Manger mieux, bouger plus en Aquitaine". Le participant fait tourner la roue. Grâce au pictogramme sur lequel il est tombé, il lit sur le kakemono correspondant (enfants ou adultes) la question et y répond. Les réponses sont données dans les documents destinés à l'intervenant. Les thématiques abordées sont relatives à l'hygiène de vie (alimentation, récupération, sommeil, équilibre alimentaire), le bien-être (confiance en soi, plaisir, pratique sportive / âge) et activité physique (pratique sportive / bienfaits, capacités physiques, organes, mode de vie). L'affiche vient compléter l'information grâce aux 12 points conseils.



Public(s) : adolescent, adulte, enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 24, 33, 40, 47, 64, 79, 87

Bouger, c'est la santé ! Promouvoir l'activité physique au quotidien. Kit d'actions locales.

[INPES, 2007]. Ce kit est destiné aux collectivités locales. A partir du cédérom contenant des maquettes d'affiches en haute résolution, la municipalité, avec son imprimeur, peut éditer : des panneaux pour réaliser une exposition sur le PNNS ; des affiches pour inciter la population à bouger ; des supports événementiels adaptés au mobilier urbain ; une signalétique à disposer sur les lieux de vie.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 17, 19, 33

Bougez ! Tom Schools cycle 2.

[V Brugger, Promotion Santé Suisse, CIO, Le Musée Olympique, 2016]. Ce livret est composé de fiches proposant des activités pour des enfants de cycle 2, entre 9 et 12 ans. Les objectifs de ces fiches sont d'attirer l'attention sur l'importance de bouger, de prendre conscience des compétences sollicitées quand on bouge et des avantages que l'on peut en retirer : bien-être, vivre ensemble, estime de soi, mais aussi de susciter l'intérêt pour la pratique régulière d'une activité physique ou d'un sport. A chaque sujet est associée une ou plusieurs pastilles de couleur mettant en évidence la discipline abordée : Corps et mouvement ; Mathématiques et Sciences de la nature ; Capacités transversales : Formation générale.

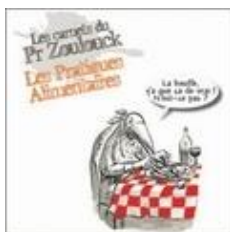


[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adolescent, enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 17, 86



Carnets du Pr Zoulouck (les). Les pratiques alimentaires.

[L Scheibling, L Carpentier, Laisse ton empreinte, 2009]. Cet outil aborde : le choix des aliments et la façon de s'alimenter ; la manière de faire les courses et les stocks de nourriture ; la question des règles autour des repas (et des repas en famille), du temps passé devant les écrans, son rapport à la frustration ; et plus largement, le poids de la culture, le rapport au corps, mais aussi la question de la mobilité et de l'activité physique. L'outil est composé d'un carnet et d'un mode d'emploi à destination du professionnel dans lequel il peut

trouver des points de repères sur la thématique et sur la méthodologie, et d'un DVD qui met en scène le thème de l'alimentation dans le but d'interpeller les participants.

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique, habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 33, 86, 87

Chemins du goût (les).

[CRDP Pays de Loire, 2006]. Ce livre permet de monter à l'école un projet interdisciplinaire autour du goût et de l'alimentation. Il délivre des éléments « d'apprentissage cognitif » sur chaque produit du terroir et suggère des pistes d'activités en classe notamment autour de la maîtrise de la langue, dans les domaines des arts et des sciences. Le contenu est adaptable dans d'autres régions car les enseignants peuvent se réapproprier la démarche initiale. Ce livre est accompagné d'un DVD-Rom constitué de fiches séances pédagogiques, de reportages vidéos, de photos.



Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 86



Corps c'est aussi... (le)

[Cultures et santé, s.d.]. Réalisé dans le cadre d'accueil de primo-arrivants, notamment de mineurs étrangers non-accompagnés (MENA), cet outil d'animation permet d'aborder avec eux et avec les jeunes en général, des sujets liés à la thématique du corps. Il peut également permettre de traiter des thématiques telles que l'activité physique, l'alimentation, les relations interpersonnelles, la sexualité, le bien-être, les compétences psychosociales, l'hygiène corporelle... Il propose une affiche dans laquelle de nombreuses images évoquent les représentations du corps, des cartes illustrées qui reprennent chaque illustration visible sur l'affiche, un recueil de paroles sur les représentations du corps et un guide d'accompagnement composé de fiches informatives et de fiches d'animation. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire

Disponibilité(s) : 16, 17, 24, 33, 40, 47, 79, 86, 87

Déballe ta pub ! L'influenceur de ton assiette, c'est toi.

[Mutualité Chrétienne (Belgique), 2021]. Cet outil s'adresse aux enseignants et à leurs élèves des classes de CM2 et de 6ème (pour les 10-12 ans). L'objectif est de permettre aux enfants de prendre conscience des messages véhiculés par la publicité en matière d'alimentation et de développer ainsi leur esprit critique. Il est composé de plusieurs éléments : 4 vidéos qui abordent les stratégies publicitaires, l'omniprésence de la pub, l'impact de la pub alimentaire sur les enfants, le packaging, le placement de produits, le marketing d'influence... ; un dossier théorique qui propose un éclairage sur la thématique de la publicité et de l'alimentation et des fiches synthétiques reprenant les éléments théoriques essentiels, des pistes pédagogiques en lien avec les vidéos ayant pour objectif d'outiller toute personne encadrant les jeunes. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adolescent, enfant

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 16





Des slogans dans nos assiettes.

[Cultures et santé, 2011]. Cet outil vise particulièrement les animateurs et éducateurs travaillant auprès d'adultes maîtrisant faiblement la langue française. Il a pour objectif d'amener les participants à poser un regard critique sur les publicités alimentaires et plus spécifiquement celles utilisant des arguments de santé pour séduire le consommateur.

[Egalement disponible en ligne : clic ici](#)

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 16, 17, 23, 24, 79, 86

Eau et santé.

[C Savanovitch, MP Sauvart-Rochat, CRD d'Auvergne, 2011]. Cet ouvrage est destiné aux élèves de cycle 3. Il est articulé autour de 3 thèmes : l'eau comme composante de l'organisme, l'eau comme aliment et l'eau comme élément d'hygiène.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 19, 47, 79



En rang d'oignons.

[Coordination éducation santé (CORDES), 2008]. Ce kit pédagogique incite les enfants à consommer d'avantage de fruits et de légumes, en proposant des activités artistiques, ludiques, gustatives et culinaires. Il est composé de : une affiche, un calendrier, un jeu de 81 cartes illustrées de personnage "fruit" ou "légume", un carnet pédagogique.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 16, 33, 64, 86

EqNUT. L'équilibre nutritionnel à la portée de tous, de 4 à 99 ans.

[CY Gerbault, Dalto Editions, 2008]. Ce logiciel éducatif permet d'acquérir de bonnes habitudes alimentaires grâce à un suivi personnalisé de l'équilibre alimentaire, de manière ludique et interactive. Il aide les membres d'une famille, quel que soit leur âge, à équilibrer de manière durable leur alimentation en fonction de leurs besoins mais aussi en fonction de leurs goûts. Il s'agit de décrire tous les aliments consommés lors des repas d'une journée en cliquant sur les pictogrammes des groupes d'aliments concernés qui proposent une liste très fournie d'aliments simples et de plats composés.

Public(s) : adolescent, adulte

Disponibilité(s) : 23



Et toi, t'en penses quoi ? Débats entre ados.

[Infor Santé, 2013]. Cet outil pédagogique en ligne permet de mener des débats entre adolescents de 14 à 18 ans, sur de multiples thématiques telles que l'alimentation (sodas, fast-food, boissons énergisantes, le light ou les régimes), le développement durable, le décodage des médias, les addictions, le stress, les réseaux sociaux ou encore la vie relationnelle et affective.

Il propose l'utilisation du "frasbee", technique d'animation qui permet d'initier un débat riche en échanges, sur la base de phrases lancées comme des frisbees entre les participants.

[Egalement disponible en ligne : clic ici](#)

Public(s) : adolescent

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 17, 33, 40, 47, 64



Faire de la gym en maternelle.

[SEDRAP, 2015]. Cet outil sur l'activité physique en maternelle propose des ateliers conçus en lien avec les gestes du quotidien pour favoriser la compréhension et l'implication des élèves. Les niveaux de difficultés progressifs permettent de s'adapter au rythme des élèves et d'exploiter les activités durant les 3 années de maternelle. Ce fichier d'activités (50 fiches) permet de favoriser l'acquisition des 6 compétences motrices principales : tirer et pousser, soulever et porter, grimper et escalader, manier une balle, se tenir en équilibre, sauter.

Public(s) : petite enfance

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 79

Faut que ça bouge à l'école ! Fiches terrain : Conseils pour l'élaboration et la réalisation de séances d'activités physiques.

[Institut Danone, 2007]. Ce kit (25 fiches, 1 poster) permet d'accompagner les enseignants des classes de CE2, CM1 et CM2 dans la mise en place de jeux favorisant l'exercice physique. Cet outil propose des fiches d'information «Activité physique et santé», présentant les principales connaissances scientifiques concernant les relations entre la santé de l'enfant et la prévention des pathologies de l'adulte. Des fiches pédagogiques «Des Jeux pour Bouger, des Jeux pour la Santé», présentent une sélection de jeux collectifs favorisant le développement de l'enfant à travers les activités courir, lancer, sauter, s'exprimer. Des fiches terrain présentent les règles des jeux sélectionnés et permettent la mise en œuvre de chaque jeu par l'enseignant ou les enfants eux-mêmes.



Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 33



Fourchettes & Baskets. Outils d'intervention en éducation pour la santé 6e, 5e, 4e et 3e.

[INPES, 2006]. Cet outil (construit autour d'un cédérom et d'un classeur) permet de mettre en œuvre des actions d'éducation pour la santé sur les thèmes de l'alimentation et de l'activité physique avec des adolescents de 11 à 16 ans. Les utilisateurs de cet outil sont amenés à choisir les activités qu'ils souhaitent mettre en place, en construisant leur propre parcours d'activités en fonction de leurs besoins et de leurs publics.

Public(s) : adolescent

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 16, 17, 19, 23, 24, 33, 40, 47, 64, 79, 86, 87

Fruits et légumes frais (les). Tu crées, tu croques, tu craques. Cycle II et cycle III.

[INTERFEL, 2013]. Ces kits pédagogiques, destinés aux enfants de 5-7 ans et 8-10 ans, permettent d'aborder l'importance de la consommation de fruits et légumes. Le DVD contient deux petits films "Les fruits et légumes, c'est quoi ?" et "Les fruits et les légumes frais, quel travail !" d'une durée de 4 minutes chacun. Un quiz de mémorisation est proposé ainsi qu'un quiz de mémorisation est proposé ainsi que 30 fiches d'identité fruits et légumes et un tableau récapitulatif des saisons sont également téléchargeables.



Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 79



Fruits et légumes, le bon réflexe !

[CTIFL, s.d.]. Ce programme pédagogique s'articule autour de trois thématiques : la connaissance et la diversité des fruits et légumes frais, les principes d'une alimentation équilibrée et le rôle des fruits et légumes pour la santé, du producteur au consommateur. Des fiches d'activité sont proposées pour mener des ateliers ludo-éducatifs en CP et CE1.

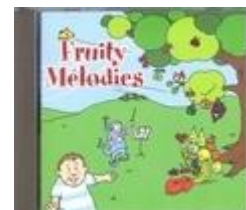
Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 40

Fruity mélodies.

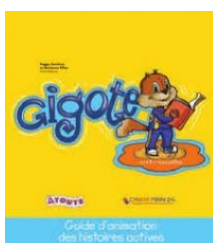
[S Thieffine, E Copin, URCAM Nord-Pas-de-Calais, 2002]. Fruity Mélodies a été réalisé dans le cadre d'un accompagnement à la dégustation de fruits. Les chansons permettent aux enfants accueillis dans les structures de petite enfance et les écoles maternelles, d'être sensibilisés à l'importance de la consommation de fruits. Par la même occasion, ils peuvent faire la connaissance de nouveaux fruits.



Public(s) : petite enfance

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 40



Gigote. Guide d'animation des histoires actives.

[P Gendron, M Fillion, Les éditions Caractère, 2016]. Destiné aux enfants d'écoles maternelles, ce classeur rassemble des histoires dites actives permettant aux enfants de bouger. Il contribue à dynamiser les apprentissages en multipliant les occasions de faire de l'activité physique et de se détendre en classe. Les objectifs sont de développer la motricité fine et globale, d'améliorer la santé et la condition physique, la concentration et l'attention, l'humeur des enfants et le climat de classe, le contrôle de soi et de l'estime de soi, de diminuer le stress, les troubles de comportement et les conflits. Le classeur rassemble 73 histoires actives, d'une durée approximative de 15 minutes chacune.

Public(s) : petite enfance

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 79

Je mange, tu te régales, nous en parlons. Cycle 3.

[CEDUS, 2006]. Ce kit pédagogique permet à l'enseignant de travailler sur la multiplicité des messages nutritionnels, sur l'équilibre alimentaire et les différentes déclinaisons possibles des repas. La dernière partie du guide rappelle de manière imagée les groupes d'aliments associés aux repères de quantités adaptées aux enfants de 8-10 ans.



Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 17, 19, 33, 79



Jeux de concentration et yoga.

[G Diederichs, Nathan, 2014]. Cet outil, destiné aux enfants à partir de 4 ans, permet de travailler sur la concentration. Les objectifs sont : construire le schéma corporel et prendre conscience de soi ; améliorer le contrôle des mouvements et la maîtrise du corps dans l'espace ; développer les capacités de concentration et de socialisation. A travers 84 activités motrices, les enfants s'entraînent à décomposer lentement un mouvement en imitant un animal ou une plante photographié(e) dans la même posture et travailler ainsi le schéma corporel. Le poster découverte présente 14 postures et exercices de respiration pour préparer les séances.

Public(s) : enfant, petite enfance

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 17

Journée de Victor (la).

[ADES du Rhône, 1998]. Cette mallette pédagogique a pour objectif de prévenir l'obésité chez l'enfant à destination des enfants de 2 à 4 ans et des professionnels de la petite enfance. Elle aborde les rythmes de vie (alimentation, activité physique, sommeil) et permet de développer des temps d'échanges entre parents sur les attitudes éducatives.



Public(s) : adulte, petite enfance

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 16, 23, 33, 40, 47, 79, 86, 87



Kidz-Box. 25 jeux et astuces pour bouger et se nourrir en s'amusant.

Informations pour les enseignants.

[Promotion santé Suisse, 2008]. Les objectifs de cet outil sont d'augmenter le temps destiné aux activités physiques des enfants, à l'école ou à la maison, et d'améliorer leurs capacités motrices ; d'optimiser au moyen d'exercices ludiques, le comportement des enfants face à l'alimentation et aux boissons ; de permettre aux enfants d'éprouver un sentiment de réussite, afin qu'ils puissent renforcer leur conscience de soi ; de proposer de nombreuses idées de jeux pour le quotidien ; et de transmettre des informations sur l'importance d'un mode de vie équilibré. Des fiches techniques proposent des conseils méthodologiques, des descriptions d'exercices physiques et d'activités ludiques.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 64

Kit atelier "Bougeons notre santé". Atelier de promotion et de motivation à l'activité physique.

[IRSA, 2011]. Cette animation sous forme d'ateliers destinée aux professionnels formés à l'éducation pour la santé délivre des informations concernant la santé cardiovasculaire, la nutrition et l'activité physique. Chaque étape du cédérom liste les documents disponibles, le matériel correspondant, les instructions nécessaires afin de réaliser les 4 séances d'animation et une évaluation à 6 mois. Des conseils d'animation sont aussi délivrés.



Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 64



Kit pédagogique pour bâtir un projet de classe autour du jardinage à l'école. Cycles 2 et 3. Découvrons le potager !

[Fédération nationale des métiers de la jardinerie, GNIL, Miss'yl, 2012].

Cet outil a pour objectif de donner des clefs pour bâtir un projet de jardinage à l'école. Des structures ressources sont données afin d'aider les équipes dans leur projet et des pistes d'activités en lien avec le programme scolaire sont proposées (mathématiques, aménagement du cadre de vie, éveil scientifique, expression orale et écrite, art).

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 86

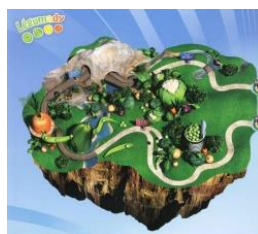
Kit popote (le).

[Le Vent tourne, 2013]. Le "Kit Popote" permet de sensibiliser les jeunes aux questions de gaspillage alimentaire, d'inventivité culinaire et d'alimentation responsable. Chaque joueur doit préparer le plus rapidement possible un repas correspondant aux préférences alimentaires des convives d'un dîner en utilisant un maximum de produits simples et de saison. Les joueurs incarnent tous des habitants de l'immeuble de L@-KOLOK.com : une famille nombreuse, un couple de retraités bretons, une famille italo-réunionnaise et les "koloks".

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 16, 17, 33, 40



Légumady.

[Abeilles éditions, 2011 et 2012]. Cet outil permet de réaliser des animations sensorielles autour du légume sous toutes ses formes, en préservant une approche ludique, conviviale et participative. Il a pour objectif de faire découvrir ou redécouvrir les légumes à travers les sens et l'imaginaire, d'éveiller la curiosité du participant sur les différentes textures, formes, saveurs et sur les différentes façons de déguster les légumes ; de montrer en quoi les sens participent à la détermination des choix et des actes alimentaires ; et de donner l'envie de cuisiner simplement et de partager.

Public(s) : adolescent, adulte, enfant

Mot(s)-clé(s) : 5 sens, fruits et légumes

Disponibilité(s) : 16, 17, 33, 64, 79, 87

Léo et l'eau.

[CFES, 1997]. Ce coffret est construit autour d'une histoire intitulée " Léo et l'eau " qui comporte 5 chapitres consacré à l'eau : de l'eau pour la soif, de l'eau pour s'amuser, de l'eau pour la terre, de l'eau pour se laver et de l'eau pour vivre ". Il a pour objectif de développer le respect de soi-même et l'autonomie, de promouvoir le respect d'autrui et la solidarité, et de sensibiliser au respect et à la protection de l'environnement.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 16, 17, 19, 23, 24, 33, 40, 47, 64, 79, 86, 87



Léo et la terre.

[CFES, 2005]. Construit autour de cinq chapitres : "De la terre à cultiver", "De la terre pour vivre", "De la terre pour se nourrir", "De la terre pour grandir", "De la terre à partager", cet outil est destiné aux professionnels scolaires et périscolaires (cycle 3 de l'école primaire).

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 16, 17, 19, 23, 24, 33, 40, 47, 64, 79, 86, 87

Ludobio.

[Bio Consom'acteurs, 2015]. Cette mallette pédagogique sur l'agriculture biologique est destinée aux enfants dès l'âge de 6 ans. Elle aborde les questions de biodiversité, d'élevage, l'équilibre alimentaire, le goût et la connaissance des aliments. Cinq jeux constituent la mallette : jeux de la fraise, de l'élevage, des cinq sens, de l'assiette et des saisons. Cet outil a pour objectif de faire prendre conscience des enjeux et impacts sociaux, économiques et environnementaux de nos actions, afin de mieux s'impliquer dans la transition écologique de son territoire.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 24, 33, 47, 79



Ma santé en jeux. Jeux d'antan, jeux d'enfants.

[USEP, 2008]. Ce support propose de faire le lien entre activité physique et santé. Au travers des activités physiques proposées, il s'agit pour l'enfant d'apprendre à connaître son corps, de promouvoir une pratique régulière et équilibrée et de vivre et verbaliser les sensations et émotions provoquées par l'acte moteur. L'outil propose des informations théoriques et des idées d'activités à réaliser en classe.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 79

Mastiquer, digérer, éliminer : être acteur de son corps.

[Canopé, Pièces jaunes, 2016]. Ce kit pédagogique est destiné aux élèves du 1^{er} degré et aux collégiens de 6^{ème}, il permet d'aborder le fonctionnement de l'appareil digestif et de l'appareil urinaire. Il est composé d'une affiche représentant le corps comme une machine et d'un livret pédagogique proposant des activités à organiser en classe. Les exercices proposés permettent aux enfants de mieux comprendre leurs corps, leur font comprendre qu'ils peuvent être acteur de son bon fonctionnement en adoptant une bonne hygiène de vie.

[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 17, 24, 33, 79, 86



Miam ! Le goût.

[F Guillaumond, C Filleul, V Sultan (et al.), Magnard, 2003]. Cet ouvrage de la collection "1001 idées pour la classe" propose d'ouvrir l'esprit des enfants à une alimentation variée et de transformer le goût en un moment éducatif. Il traite de : la chaîne alimentaire, les principes de la nutrition, l'origine et le classement des aliments. Ce document est composé de fiches pratiques où sont présentés l'activité, les points forts, le travail préparatoire à mettre en place, le déroulement et les prolongements ou variantes possibles.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 19, 47

Mon panier repas.

[CoDES de l'Auvergne, 2009]. Cet outil a pour objectif de répondre aux besoins des personnes en difficulté avec l'écrit, aux bénévoles et aux professionnels qui les accompagnent dans un processus d'éducation nutritionnelle. L'outil se compose de deux supports distincts : une pochette contenant 15 fiches (présentation des principaux fruits et légumes, des ustensiles de cuisine, des épices et aromates, et recettes de mets simples à réaliser) et un classeur reprenant un guide d'utilisation complet avec des propositions d'objectifs à réaliser et des fiches ressources.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique, aide alimentaire

Disponibilité(s) : 16, 24, 40, 47, 64, 79, 86, 87



Mon petit légumady.

[UNILET, France Agrimer, Ministère de l'agriculture, de l'agroalimentaire et de la forêt, 2016]. Cette mallette a pour objectif de faire découvrir ou redécouvrir les légumes à travers les sens et l'imaginaire, d'éveiller la curiosité du participant sur les différentes textures, formes, saveurs et sur les différentes façons de déguster les légumes. Elle permet de réaliser une quarantaine d'animations de 10 à 15mn chacune sur le légume à destination des enfants de 6 à 11 ans et en utilisant les cinq sens : l'ouïe, l'odorat, le goût, la vue, et le toucher.

Public(s) : adolescent, enfant

Mot(s)-clé(s) : 5 sens, fruits et légumes

Disponibilité(s) : 24

Mots du goût, le goût des mots (les).

[CIV, 2006]. Les trois ateliers de ce kit pédagogique présentent une expérience concrète faisant appel aux sens de l'enfant, à la perception consciente des différences, à la convivialité au sein d'un groupe. Chacun des trois ateliers d'éveil au goût est proposé en deux versions : l'une adaptée aux plus jeunes (CP-CE), l'autre réservée aux plus grands (CM).

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : 5 sens

Disponibilité(s) : 16



Mouv&co

[Groupement d'intérêt public Formation tout au long de la vie (GIP-ftlv), 2016]. Ce dispositif pédagogique a été conçu afin de promouvoir l'activité physique et les mobilités actives auprès des enfants et des jeunes, de l'école primaire au collège, mais aussi les sensibiliser aux rejets polluants des transports et à la sécurité routière. Il s'articule autour de deux personnages, Mirka et Flo. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adolescent, enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 16

Nos recettes pour la planète.

[E Lesteven, Ariena, 2007]. Cet outil, destiné à des enfants âgés de 6 à 12 ans, se présente sous la forme d'un cahier d'activités. Il a pour objectif de faire comprendre la production, la transformation et la consommation des aliments et leurs multiples impacts sur l'environnement. Il permet à l'enfant de découvrir des gestes ou des comportements destinés à préserver la planète, à travers son alimentation. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adolescent, enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 16, 17, 79, 87



Nutri-médias.

[UNAF, 2012]. Destiné aux associations familiales, écoles, associations de parents..., cet outil vise à faciliter le développement d'actions de sensibilisation et de formation sur les liens existant entre médias et alimentation, en se focalisant sur un aspect particulier : l'impact que peuvent avoir les médias sur les habitudes alimentaires des enfants (7 à 14 ans). L'objectif est de stimuler la réflexion et d'inciter les participants à poser des questions, d'inciter les parents à accompagner leurs enfants devant les écrans, la presse écrite, les affichages urbains..., de favoriser le développement du sens critique des enfants en dévoilant les mécanismes et techniques marketing utilisés pour influencer les habitudes alimentaires. La clé USB contient un document de présentation de 40 diapositives et un guide.

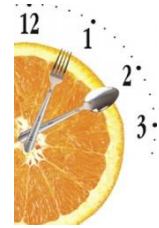
Public(s) : adolescent, adulte, enfant

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 16, 24

Nutrition Dénutrition Alimentation de la personne âgée en EHPAD et établissements de santé.

[Société française de gériatrie et de gérontologie, 2013]. Cet outil Mobiquel sert de support pour la sensibilisation à l'importance du maintien d'un bon état nutritionnel des personnes âgées, en termes de besoins mais aussi de plaisir de manger. Il est destiné aux professionnels des EHPAD et établissements de santé. Il s'inscrit dans le cadre du Programme National pour l'Alimentation (PNA) du ministère de l'Agriculture.



Public(s) : adolescent, adulte

Disponibilité(s) : 16, 17, 19, 87



PLANETE Promouvoir L'Activité physique eN Education Thérapeutique.

[B Saugeron, P Sonnier, CRES PACA, 2020-2021]. Cet outil permet de promouvoir la pratique d'une activité physique adaptée et régulière auprès des patients en éducation thérapeutique, quelle que soit la pathologie concernée. Il propose des activités pour renforcer les savoirs et compétences du patient menant à la pratique d'une activité physique adaptée autour de 4 axes : identifier les freins et se motiver ; renforcer ses connaissances ; choisir une activité physique et y accéder ; planifier sa pratique. Pour chaque axe, des compétences sont identifiées et renvoient sur les fiches pédagogiques et les supports adaptés.

[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 16, 17, 19, 23, 24, 33, 47, 64

Petit cabas 2.0 (le).

[IREPS Nouvelle-Aquitaine, 2018]. Cette mallette est destinée à tout professionnel qui souhaite mettre en place un programme autour de l'alimentation et de l'activité physique auprès d'enfants de 6/11 ans. Elle permet d'appréhender plusieurs aspects de l'alimentation : le sens de l'acte alimentaire et ce qui influence le choix des aliments (modes de vie, environnement, habitudes familiales et culturelles, les publicités, etc.) ; la découverte des aliments (à travers les sens, leurs origines) ; l'équilibre alimentaire (les familles d'aliments, les repères de consommation, la conception de menus, les rythmes, le grignotage) ; l'activité physique (les différents types de pratique, les bienfaits, les leviers à la pratique, les recommandations). A travers les échanges possibles dans certains modules, il est possible de replacer l'alimentation dans une dimension culturelle et d'aborder la notion de plaisir. De plus, un logo spécifique, "pensée verte" reporté tout au long de l'outil permet d'aborder la question de l'alimentation durable (choix des produits, saisonnalité, gaspillage alimentaire, gestion des déchets, etc.).

[Egalement disponible en ligne : clic ici](#)

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : 5 sens, activité physique, alimentation durable, habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 16, 17, 19, 23, 24, 33, 40, 47, 64, 79, 86, 87





Potager, un carré de paradis (le).

[La classe et la classe maternelle, 2005]. Ce cahier de découvertes et d'activités consacré au thème du potager est composé d'une partie pour découvrir le potager et d'une autre proposant des pistes pour construire un potager, fabriquer un objet utilitaire (l'épouvantail), découvrir les propriétés de certains objets, découvrir et utiliser les couleurs et les formes... Les enfants y sont également sensibilisés à l'environnement en découvrant les plantes, les animaux du jardin, les saisons.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 33

Pour manger Fred s'organise.

[CoDES Val d'Oise, 2005]. Cet outil propose une série de fiches donnant trucs et ficelles pour l'organisation des courses, quelques idées de recettes, etc. avec l'objectif d'aider les jeunes qui s'installent à gérer eux-mêmes leur alimentation.

Public(s) : adolescent, adulte

Disponibilité(s) : 16, 23, 33, 79, 87



Prenons en main le gaspillage alimentaire !

[Le pic vert, 2016]. Cette mallette sur le gaspillage alimentaire est à destination des enfants de 8 à 14 ans. Cet outil a pour objectif de faire découvrir aux jeunes les causes et les conséquences du gaspillage et de proposer des solutions pour lutter contre en impulsant des changements de comportements.

Public(s) : adolescent, enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 19, 47, 79, 87

Propositions d'activités sur le thème de l'eau.

[Association Eveil, CI eau, 2004]. Les enfants de cycle 3 peuvent découvrir l'eau à travers 12 supports pédagogiques. D'où vient l'eau, pourquoi l'eau est potable, comment fait-on pour dépolluer les eaux usées... sont autant de questions traitées dans ce support pédagogique.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 33, 47



Récréa Jeu. 20 idées de jeux pour la cour de récréation.

[N Julo, Ligue nationale contre le cancer, 2002]. Ce livret recense 20 fiches de jeux illustrées pour que les enfants puissent se dépenser dans la cour de récréation. Chaque fiche donne le nombre de joueurs requis, les règles et le but du jeu.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 19, 79, 86

Révolte des légumes (Ia).

[L Scheibling, Laisse ton empreinte, 2009]. Ce cahier pratique permet à des enfants de 6 à 12 ans de se lancer des défis, dans le but de manger plus de fruits et légumes et de bouger un peu plus.

Public(s) : adolescent, enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique, fruits et légumes

Disponibilité(s) : 33, 64, 86, 87



Semaine du jardinage pour les écoles (Ia).

[France Agrimer, Fédération nationale des métiers de la jardinerie, GNIS, 2010]. Ce kit propose une méthode et des outils pour bâtir un projet de classe, à destination des enfants des cycles 2 et 3, autour du jardinage, de la biodiversité et du développement durable. Des conseils pour développer des activités pour la classe, des fiches, des ateliers, sont disponibles à l'adresse : <https://www.jardinons-alecole.org/>

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 16

Table Atouts.

[Génération restauration communication, 2006]. Destiné à un travail en classe, cet outil permet : - d'apprendre aux enfants en s'amusant les règles du bien manger - d'informer le personnel de restauration scolaire des attitudes à adopter face aux mauvais comportements alimentaires des enfants - d'informer les parents sur l'équilibre alimentaire.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 23, 24, 33, 40, 47, 64



Tentations en rayons.

[Cultures et santé, 2012]. Cet outil d'animation et de réflexion permet aux participants de comprendre et de déjouer les tactiques mises en place par les supermarchés afin de séduire ses clients et qu'ils soient tentés d'ajouter dans leur panier des produits qu'ils n'avaient au départ pas particulièrement l'intention d'acheter. L'outil est destiné aux professionnels des champs de la culture, du social, de l'insertion socio-professionnelle souhaitant développer des démarches d'éducation permanente avec leur public autour des supermarchés, des différentes stratégies destinées à les tenter et du budget. [Egalement disponible en ligne : clic ici](#)

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 17, 33, 40, 86



Tic-tac santé.

[CoDES des Vosges, 2006]. Ce cédérom a pour but la promotion, auprès des professionnels et acteurs intervenant dans la vie des enfants de 0 à 6 ans, de l'alimentation variée et équilibrée, de la psychomotricité et des bienfaits du respect des rythmes de sommeil. Cet outil propose, pour chaque thématique, un support théorique sous forme de livrets de

connaissance et un support pratique avec des fiches d'activité, téléchargeables.

Public(s) : petite enfance
Disponibilité(s) : 47, 64, 86

Tous à table ! Outil pour une alimentation saine, agréable et équilibrée en institutions.

[Solidaris, 2015]. Cet outil, sous forme de grand tableau magnétique, est destiné aux personnes déficientes vivant en institution ainsi qu'à ceux qui cuisinent eux-mêmes. Il sert sous une forme ludique à travailler l'équilibre alimentaire, ses groupes, créer des menus, "traduire" ceux proposés, réaliser des menus en fonction de régime spécifique (diabète...). Ce tableau visuel représente chaque repas - petit déjeuner, déjeuner, goûter, dîner - sur une semaine avec les sets dessinés dans chaque case. Ceux-ci sont à compléter à l'aide des magnets qui sont de la couleur correspondante à son groupe alimentaire. Cela permet à la personne ou au groupe de vite distinguer si l'ensemble est équilibré ou non.



Public(s) : adolescent, adulte
Disponibilité(s) : 64

Un fruit pour la récré.

[Ministère de l'agriculture, de l'alimentation, de la pêche, de la ruralité et de l'aménagement du territoire, 2011.] Cette mallette pédagogique regroupe différents outils créés pour l'opération "Un fruit pour la récré" mis en place par le Ministère de l'agriculture. L'objectif de cette opération est d'éveiller le goût des enfants et des adolescents, et d'intégrer la notion de "bien manger" par le plaisir, la curiosité, la découverte et le jeu.



Public(s) : adolescent, enfant
Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes
Disponibilité(s) : 19, 24, 33, 40, 47, 64, 87

Un resto dans tous les sens.

[ABC Diététique, 2012]. Cet outil à destination des 1-3 ans et des 3-6 ans se présente sous forme de conte pour aborder la notion de plaisir et de convivialité autour des repas, appréhender les aliments en faisant appel aux 5 sens, faire découvrir les fruits et légumes de saison. Il se compose de deux contes pour chacune des tranches d'âge des enfants, d'un livret pour les parents et d'un livret d'activités proposant 5 activités en lien avec un sens.



Public(s) : petite enfance
Mot(s)-clé(s) : 5 sens, fruits et légumes
Disponibilité(s) : 33



Vale gourmande des aînés. Support d'activité autour de la nutrition et du lien social auprès des personnes âgées. Outil méthodologique en éducation pour la santé.

[IRES Lorraine, 2009]. Cet outil s'adresse à pour objectif de favoriser la mise en œuvre d'actions participatives autour de la nutrition et du lien social avec les seniors. L'approche utilisée place la personne âgée au centre des activités : elle est valorisée dans son rôle social en tant que détentrice de connaissances, savoir-faire et habitudes liées à son éducation, ses expériences et mode de vie. Structurée en deux volets, le cédérom est un support d'animation et un outil

méthodologique offrant un panel de documents de connaissances et techniques pour accompagner à la mise en œuvre d'un projet en éducation pour la santé.

Public(s) : adulte
Disponibilité(s) : 47

Voyage dans tous les sens. Les explor'acteurs, les 5 sens.

[Latitude junior, 2011]. Cet outil s'adresse à des groupes d'enfants de 5 à 8 ans désireux de partir à la découverte des sens. L'approche est centrée sur le plaisir et les émotions. Les enfants pourront vivre un voyage sur les 5 continents au travers d'un conte et d'animations.

[Egalement disponible en ligne : clic ici](#)

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : 5 sens

Disponibilité(s) : 16, 17, 79, 86



Des photo-expressions, des imagiers et des aliments factices

Alimentation (I').

[Wesco, s.d.]. Cet outil se compose de 70 cartes cartonnées illustrées de photographies en couleur d'aliments et de produits alimentaires.

Public(s) : adolescent, adulte, enfant

Disponibilité(s) : 79



Alimenter les conversations. Imagier alimentaire.

[I Durack, A Donot, Béléos Enjeux Nutrition, s.d.]. Ce photo-expression propose 95 images représentant les aliments du quotidien, regroupés par familles grâce à un code couleur. Il s'utilise comme un outil de dialogue auprès d'un public très large (lecteurs ou non lecteurs) et s'adapte à de nombreuses activités pédagogiques autour de l'équilibre alimentaire quelles que soient les cultures.

Public(s) : adolescent, adulte, enfant

Disponibilité(s) : 17

A table ! Portraits de familles de 15 pays.

[U Fankhauser, M Gujer, Alliance sud, 2007]. Cet outil est composé de 16 photographies représentant 16 familles de 15 pays et d'un dossier pédagogique. Il a pour objectif de sensibiliser le public sur les différentes habitudes et comportements alimentaires à travers des pistes pédagogiques adaptées : les saveurs, la production des denrées alimentaires, la pénurie et l'abondance.

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 16, 17, 79, 86, 87





Aventuriers du bien manger (les).

[Service promotion de la santé à l'école de la province de Liège, 2011]. Cet outil (35 photographies, livret et carnet) vise à améliorer les connaissances et les représentations qu'ont les enfants en matière d'alimentation. Il propose de mettre en place un véritable projet autour de ce thème : avec une phase d'analyse, des propositions d'activités, une évaluation. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 17, 33, 40, 47, 64, 87

Bêtes comme choux. Le bestiaire à croquer.

[RESEDA, Ministère de l'agriculture, de l'agroalimentaire et de la forêt, s.d.]. Cet outil est constitué de 33 photographies couleur de sculptures d'animaux composées avec des fruits et des légumes. Il peut être utilisé auprès d'un large public, notamment des enfants, comme support d'expression, d'échanges sur différentes thématiques : les fruits et légumes, les animaux, l'alimentation, les émotions, les 5 sens... L'outil est accompagné de fiches qui donnent quelques pistes d'animations. Cet outil fait partie de la mallette pédagogique "Un fruit pour la récré".



Public(s) : adolescent, adulte, enfant

Mot(s)-clé(s) : 5 sens, fruits et légumes

Disponibilité(s) : 33



Boîtes de photo : les légumes (boite n°1).

[ProLog, 2011]. Cet imagier permet de travailler sur le langage, la connaissance et reconnaissance des aliments, l'équilibre alimentaire... Il fait partie d'un ensemble de 4 boîtes et est constitué de photos couleur, numérotées de 01 à 36 inclus, représentant des aliments de la famille des légumes. Proposé dans une boîte transparente plastique rigide, le boîtier peut servir de support pour présenter les cartes.

Public(s) : adolescent, adulte, enfant

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 64



Boîtes de photo : fruits et noix (boite n°2).

[ProLog, 2011]. Cet imagier permet de travailler sur le langage, la connaissance et reconnaissance des aliments, l'équilibre alimentaire... Il fait partie d'un ensemble de 4 boîtes, et est constitué de photos couleur, numérotées de 37 à 72 inclus, représentant des aliments de la famille des fruits et fruits secs.

Public(s) : adolescent, adulte, enfant

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 64



Boîtes de photo : denrées alimentaires (boîte n°3).

[ProLog, 2006]. Cet outil permet de travailler sur le langage, à la connaissance (reconnaissance) des aliments avec des enfants à partir de 6 ans, des personnes atteintes de maladies neurologiques ou ayant des difficultés de prononciation ou de cognition. Il est constitué de 36 photos couleur représentant des aliments de la famille : bacon : œufs, viandes et charcuteries, matières grasses, féculents.

Public(s) : adolescent, adulte, enfant

Disponibilité(s) : 16, 64

Boîtes de photo : denrées alimentaires (boîte n°4).

[ProLog, 2006]. Cet outil se présente sous forme d'une boîte plastique contenant 36 photos couleur représentant des aliments de type : boissons, gâteaux, bonbons, herbes aromatiques, épices et condiments. De par le choix des aliments, les images parleront aux patients de tout âge mais sont particulièrement adaptées pour les rééducations du manque du mot chez l'aphasique, ou pour des stimulations langagières avec les personnes âgées.



Public(s) : adolescent, adulte

Disponibilité(s) : 16, 64

Dînette.

Un jeu de dinette qui permet d'aborder avec un public d'enfants ou avec tous les publics l'alimentation et l'équilibre alimentaire. 125 éléments (fruits, légumes, viandes, poissons, boulangerie, boîtes de conserve, boîtes, ...).

Public(s) : enfant, petite enfance

Disponibilité(s) : 86



Food.

[ColorLibrary, 2004]. Outil composé de 96 photos d'aliments permettant de travailler sur la connaissance des aliments, l'équilibre alimentaire, les préférences alimentaires par exemple.

Public(s) : adolescent, adulte, enfant

Disponibilité(s) : 24, 33, 40, 47, 64

Imagier des aliments (I').

[Editions de l'Etagère, 2018]. Réalisé par des diététiciens avec le soutien de l'Association française de diététique et l'association « Du pain sur la planche » à Nantes, cet imagier comporte 150 photos d'aliments bruts tels que les fruits et légumes, mais aussi transformés comme la pizza, les sushis, le lait de coco, ou encore des verres d'alcool.

Public(s) : adolescent, adulte, enfant

Disponibilité(s) : 17, 19, 33, 47





Imagier photos. Les aliments.

[Nathan, 2010 et 1995]. Cet outil se compose de 105 cartes plastifiées qui représentent chacune une photographie couleur d'un aliment. Les cartes sont regroupées en trois grandes séries : Les fruits, les légumes, les viandes, poissons et produits raffinés. Ces photos permettent la mise en place d'animations lors d'interventions en éducation nutritionnelle : connaître et nommer les aliments, les classer par catégories, nommer ceux que l'on aime ou n'aime pas, composer un repas, travailler sur l'origine, la saison des aliments, faire son marché.

Public(s) : adolescent, adulte, enfant

Disponibilité(s) : 16, 33, 47, 64, 79

Jeunes et alimentation. Un dossier Photolangage® pour penser ce que manger veut dire.

[C Belisle, A Douiller, CoDES du Vaucluse, 2012]. Ce Photolangage® permet de travailler avec les jeunes sur trois axes éducatifs principaux : penser sa pratique alimentaire et comprendre celle des autres, mieux comprendre en quoi la transformation de son corps modifie son rapport à l'alimentation et en identifier les éléments les plus structurants.

Public(s) : adolescent

Disponibilité(s) : 17, 19, 23, 24, 33, 40, 47, 64, 79, 86, 87



Kit aliments 1.

[CELDA, ASCO, s.d.]. Ces 30 pièces permettent d'identifier les aliments du groupe 3 de la classification des aliments, les "fruits et légumes frais".

Public(s) : enfant, petite enfance

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 17, 33, 47, 79

Kit aliments 2.

[CELDA, ASCO, s.d.]. 24 Pièces en plastique à taille réelle, pour identifier certains aliments du groupe 4 de la classification des aliments, les "céréales, féculents et légumes secs" et du groupe 6, les "produits sucrés".

Public(s) : enfant, petite enfance

Disponibilité(s) : 17, 47, 79



Kits d'aliments 3.

[CELDA, ASCO, s.d.]. Ce kit propose des 21 pièces en plastique à taille réelle, pour identifier certains aliments du groupe 2 de la classification des aliments, les "viandes, poissons et œufs" et du groupe 1, le "lait et les produits laitiers".

Public(s) : enfant, petite enfance

Disponibilité(s) : 16, 17, 79



Mangeurs, Bougeurs.

[Ireps Poitou-Charentes, INPES, s.d.]. Ce photo-expression a été réalisé par l'Ireps Poitou-Charentes à partir des photos publiées sur la page Facebook intitulée "Le coin des Mangeurs-Bougeurs" de l'INPES, pour parler alimentation et activité physique. A chaque planche correspond une phrase à utiliser lors des animations, elle est notée au dos de la planche.

Public(s) : adolescent, adulte, enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 16, 17

Performance et santé. De l'image aux mots.

[Prevdop, IREPS Rhône-Alpes, 2015]. Ce photo-expression permet d'engager un travail sur les représentations avec des adolescents et des jeunes au sujet de la performance et la santé. Le guide qui l'accompagne s'organise en trois parties : une partie théorique qui propose des repères sur les notions de performance, santé, conduites à risque, prise de risques, représentations sociales ; une partie pratique avec une présentation de l'outil, le mode d'emploi et des conseils d'utilisation ; une partie qui propose une sélection bibliographique et des lieux ressources.



Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 19, 24, 33, 40, 47, 64, 86



Photo-alimentation.

[CoDES de Poitou-Charentes, RES de Poitou-Charentes, Dalhousie University, 2005]. Ce support d'animation destiné à des actions de prévention en éducation nutritionnelle propose des images qui facilitent l'émergence des représentations liées à l'alimentation.

[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adulte

Disponibilité(s) : 16, 17, 19, 23, 24, 33, 40, 47, 64, 79, 86, 87

Photo - langage : Inspire 4 transitions Kids.

[E Parent-Riquet, Inspire4transitions, 2018]. Ce support photo-expression permet d'aborder, avec les enfants et les préadolescents, les relations avec les parents, les adultes et d'autres sujets variés tels que la relation aux écrans, le sport, la nature, les relations de groupe, les joies, les conflits, la famille... A partir de 8 ans.

Public(s) : adolescent, enfant

Disponibilité(s) : 47, 64





Photolangage sur l'activité physique.

[Réseau Santé Diabète, 2012]. Cet outil d'animation permet l'expression et favorise l'écoute. Il se compose de 47 photographies en N/B sur le thème de l'activité physique, mais aussi du bien-être et des images symboles favorisant la dynamique de groupe évoquant cette thématique. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 24, 47, 79

Portions alimentaires : Manuel photos pour l'estimation des quantités.

[Economica, 2002]. Cet ouvrage fournit aux professionnels en éducation nutritionnelle et en éducation du patient, des représentations iconographiques des aliments, via le support photographique. Il permet de travailler sur les représentations, l'identification (700 clichés) et l'estimation (table de grammage) des apports alimentaires individuels. Le contenu de ce document a servi de référentiel commun pour les diététiciens, photographes, statisticiens et chercheurs de l'étude SU.VI.MAX menée en France sur les relations entre l'alimentation et la santé.



Public(s) : adulte

Disponibilité(s) : 40

Des films et des images animées

Activité physique. Contextes et effets sur la santé.

[INSERM, 2012]. Ce DVD s'appuie sur les résultats de l'expertise collective "Activité physique. Contextes et effets sur la santé" publiée en 2008. Il est composé de 5 chapitres (Pour en finir avec les idées reçues ; Un peu d'histoire ; Paroles de pratiquants, Paroles de chercheurs ; Recommandations), de bonus sur les bienfaits de l'activité physique à tous les âges de la vie ainsi que des risques liés à certaines pratiques trop intensives.



Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 16, 17, 19, 24, 33, 40, 47, 64, 79, 86



A la découverte du Programme national nutrition santé.

[B Billois, INPES, 2009]. Si le PNNS définit les grandes orientations de cette politique de santé publique au niveau national, c'est aussi une boîte à outils pour aider les professionnels de terrain à agir concrètement auprès de toutes les populations. Ce film a été conçu de manière à permettre à ces acteurs de terrain, professionnels de santé, de l'éducation, du social ou des collectivités locales, de découvrir et faire découvrir ce programme de santé publique.

Public(s) : adulte

Disponibilité(s) : 16, 19, 23, 24, 40, 47, 64, 87

Alimentation et nutrition en établissement de santé ou d'hébergement.

[M Bidault, V Chardon, C Lagrais (et al.), EHESP, 2007]. Ce film permet de sensibiliser aux enjeux de la restauration en établissements de soins ou d'hébergement en proposant une approche complète de la fonction alimentation-nutrition. Il est composé de 8 chapitres : Les contraintes de production ; les aliments : un carburant indispensable ; que faire pour que les patients mangent (bien) ? ; les repas : un moment privilégié ; une filière spécifique pour la prise en charge de la restauration ? ; la fonction restauration face à de nouveaux défis ; Coûts/valeur ajoutée : les enjeux de l'alimentation à l'hôpital à l'heure du financement à l'activité ; quel rôle pour les directions d'hôpital ?



Public(s) : adulte

Disponibilité(s) : 17



Bouger, c'est gagné !

[P Minster, Centre hospitalier régional d'Orléans, 2006]. Ce film illustre à l'aide de portraits et de témoignages variés qu'il est facile et à la portée de tous d'acquiescer les bons réflexes d'activités physiques. Un médecin spécialiste rappelle qu'une marche quotidienne d'environ une demi-heure donne déjà des bénéfices mesurables. La pratique d'un exercice physique régulier ajoute des années à la vie, mais aussi de la vie aux années.

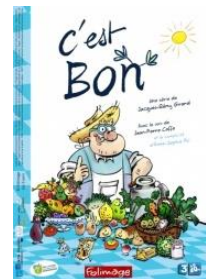
Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 33

C'est bon. Saison 1.

[Folimage, 2013]. Ce DVD comprend les 26 épisodes de la première saison de la série TV "C'est bon". L'objectif de cette série est d'inviter à mieux manger pour être en meilleure santé en faisant découvrir ou redécouvrir ce qu'est une alimentation saine. Chaque épisode dure 2 minutes 30 et permet d'aborder les grandes recommandations du programme national nutrition santé (PNNS) avec des épisodes sur les groupes d'aliments, voire certains aliments en particulier, les modes de consommation, les façons de cuisiner, les rythmes alimentaires, etc. Une dizaine d'épisodes met l'accent sur la consommation de fruits et légumes et les multiples façons de les cuisiner.



Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 24, 33, 40, 47, 64, 79



Chut!... Je m'équilibre. L'atelier Gym'Equilibre Seniors.

[Fédération française d'éducation physique et gymnastique volontaire, 2007]. L'objectif de ce DVD est de promouvoir la pratique d'activités physiques à travers des séances de Gym'Equilibre mises en place de prévenir les chutes chez les personnes âgées. Le DVD présente le déroulement et les objectifs des séances : renforcement musculaire, habiletés motrices, approche du sol, acceptation de la chute.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 24, 33, 40, 47, 64



Et toi, comment tu manges ? Vidéo-débat sur l'alimentation chez les jeunes.

[Association Imp-Actes, Des mots & des mains, 2010]. Ce DVD permet de lancer un débat autour des pratiques alimentaires des jeunes dans le cadre d'interventions de prévention dans le monde des loisirs (séjours de vacances, centres de loisirs, maisons de jeunes, etc.), de l'école (classes de primaire et de collège) ou de la culture (musées, écomusées, etc.). Son but est de servir de support à un débat ou à des ateliers ludo-éducatifs. Il est composé de 5 séquences principales : le petit déjeuner et la collation ; le déjeuner à la cantine ; le repas type "Fast-food" ; les courses au supermarché ; le dîner sans les parents.

Public(s) : adolescent, enfant

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 16, 17, 19, 23, 24, 33, 40, 47, 64, 87

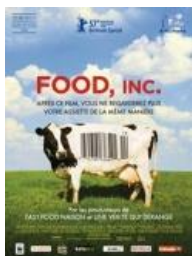
Fonctionnement de l'organisme (2). Sang, énergie et santé.

[C Breton, F Chaudemanche, M Carraud (et al.), C'est pas sorcier, 2006]. Les thèmes abordés dans ce dvd sont : la circulation du sang, le fonctionnement du coeur, la distribution de l'oxygène aux organes, la double circulation, les maladies cardio-vasculaires (athérosclérose, infarctus). Alimentation et énergie : les aliments, la digestion. Les nutriments, l'obésité. Des modifications du fonctionnement de l'organisme : effort musculaire, adaptation à l'effort, le malaise cardiaque.



Public(s) : adolescent

Disponibilité(s) : 64



Food, INC. Après ce film, vous ne regarderez plus votre assiette de la même manière.

[R Kenner, CTV International, 2009]. Le film permet d'animer un temps de réflexion sur les conditions de production alimentaire à grande échelle et de leur impact sur la santé et l'environnement. Un journaliste mène l'enquête pour savoir d'où viennent les produits que nous consommons tous les jours et analyse les rouages d'une industrie qui influence chaque jour notre environnement et notre santé.

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable, habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 40

Gym séniors.

[MNH, 2010]. Ce DVD de 60 mn propose des séquences d'exercices d'échauffement, d'étirements, de renforcement et de relaxation pour une animation auprès de personnes âgées.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 64





Kolok.com (la). Embrouilles, emballages & déballages. La consommation responsable.

[L Poirot, Le Temps presse, 2011]. A travers une web série, le jeune pourra incarner le personnage principal, invité à découvrir l'univers de L@-KOLOK en discutant avec les personnages ou en influant sur le déroulement de la web-série. Dans cet épisode centré sur "La Consommation Responsable", Romain ramène à l'appart' des premières courses communes très personnelles. Convictions et pratiques quotidiennes se confrontent dans un quizz entre équipes où le joueur devra soutenir son équipe favorite.

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 17

Nos enfants nous accuseront.

[JP Jaud, J+B Séquences, 2009]. Dans le but de prévenir le danger sanitaire causé par les pesticides, ce documentaire raconte l'initiative du village de Barjac dans le Gard, de faire passer la cantine scolaire à l'alimentation biologique. A travers des témoignages, les habitants de cette municipalité livrent leurs points de vue et proposent des solutions.

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 40



Nourrir la planète.

[F Courant, France Télévisions Distribution, 2009]. A bord de leur camion laboratoire, les trois animateurs de l'émission "C'est pas sorcier" abordent les sujets suivants : les pesticides, l'agriculture bio, la pêche et ses dérives, la pisciculture.

Public(s) : adolescent

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 47

Nutri Mag. Spécial Equilibre Alimentaire.

[Centre socioculturel du Barbezilien, 2008]. Ce DVD, soutenu par le Centre Socio-Culturel de Barbezieux (Charente) a été réalisé, lors d'un stage vidéo en avril 2008, par 14 jeunes entre 12 et 17 ans. Il contient 4 reportages sur le thème de l'équilibre alimentaire : "Marathon glouton", "Magie réaliste", "Grignoty war" et "Poubelle la vie".

Public(s) : adolescent

Disponibilité(s) : 16

L'obésité des jeunes. Faut qu'on en parle !

[RÉPPOP de Franche-Comté, Canopé académie de Besançon, 2014]. Ce DVD contient 200 vidéos de 1 à 3 minutes : des témoignages d'enfants, d'adolescents, de parents et des interviews de professionnels sur le sujet de l'obésité pédiatrique. Ces vidéos sont réparties en 6 chapitres : diagnostic, famille, manger, bouger, rapport aux autres et prise en charge. Elles permettent de soutenir 2 axes : l'éducation thérapeutique avec les jeunes et/ou la famille (introduire une discussion collective, mettre en situation sans exposer, répondre à une difficulté de parole) ainsi que la formation des professionnels de la santé (analyser des témoignages d'enfants ou de



parents et évaluer sa pratique grâce aux interviews de spécialistes).
<http://www.obesitedesjeunes.org/>

Public(s) : adolescent, enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 16, 17, 24, 33, 40, 47, 79, 86

Obésité : nous risquons gros (I').

[C Renon, C'est pas sorcier, 2006]. Les deux reporters de l'émission commencent en parlant des aliments et de l'équilibre alimentaire puis du lien entre leur consommation et les différents mécanismes en jeu dans le fait de grossir. Ils expliquent également les critères qui déterminent l'obésité d'une personne et les effets sur la santé. Ils rappellent également les bienfaits de la pratique régulière d'une activité physique.



Public(s) : adolescent

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 40



Santé vient en mangeant (Ia) !

[C Breton, C'est pas sorcier, 2007]. Ce DVD comprend 4 émissions traitant de l'alimentation : l'équilibre alimentaire, les produits laitiers, le sucre, et les eaux minérales.

Public(s) : adolescent

Disponibilité(s) : 16, 33, 47, 86, 87

Super size me.

[M Spurlock, Diaphana édition vidéo, Kathbur pictures inc., 2004]. Ce documentaire retrace l'expérience du réalisateur de consommation exclusive de nourriture provenant de fast-food pendant 30 jours, sous l'oeil attentif de trois médecins.



Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 16, 24, 33, 40, 47, 64, 87



Vinz et Lou. Volume 2. L'alimentation et l'environnement.

[Tralalère, 2010]. Ce DVD raconte les aventures de Vinz, 12 ans, et de Lou, sa petite sœur. A travers différentes situations du quotidien, les jeunes héros abordent et expliquent 2 thèmes importants : 1) "Vinz et Lou mettent les pieds dans le plat", 14 épisodes pour éveiller les enfants au plaisir du goût et les aider à acquérir de bonnes habitudes alimentaires. 2) "Vinz et Lou veillent au grain", 13 épisodes pour responsabiliser les plus jeunes et leur donner des clés pour agir au quotidien et consommer dans le respect de l'environnement. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

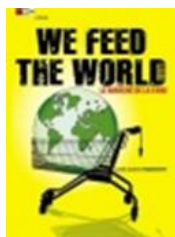
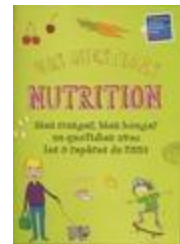
Disponibilité(s) : 16, 17, 24, 33, 40, 47, 64, 79, 86

Vos questions nutrition. Bien manger, bien bouger au quotidien avec les 9 repères du PNNS. [C Ballestrero, E Guerin, INPES, 2008]. Ce DVD reprend les 40 programmes courts diffusés en octobre et novembre 2007. Les différentes saynètes s'appuient sur une démarche pédagogique et informative, où la dimension de plaisir de l'alimentation reste au centre des dialogues pour montrer que « bien manger et bien bouger, c'est possible ! » au quotidien. Cet outil permet aux animateurs d'amorcer le débat et de donner une illustration aux repères de consommation.

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 16, 17, 19, 23, 33, 47, 64, 86, 87



We feed the world. Le marché de la faim.

[E Wagenhofer, Zootrope Films, 2008]. Ce documentaire permet déborder la question des absurdités contemporaines liées à l'exploitation commerciale de la nourriture. La destruction quotidienne du pain non consommé à Vienne, la monoculture du soja en Amérique latine, les légumes irrigués artificiellement dans le Sud de l'Espagne dont la culture provoque des pénuries d'eau locales... Autant d'exemples amenant à réfléchir sur sa consommation alimentaire.

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable, habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 40

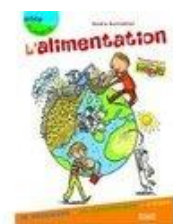
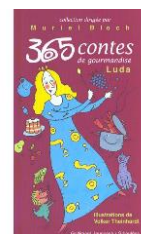
La littérature jeunesse pour échanger sur la santé

365 Contes de gourmandises.

[Luda, V Theinhardt, Gallimard, 1999]. Cet ouvrage propose des contes pour les enfants autour de la thématique de l'alimentation.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 19, 40, 47



Alimentation (I').

[N Benlakhel, T Bonte, Milan jeunesse, 2005]. Cet ouvrage propose des astuces pour devenir un consommateur exigeant, respectueux de l'environnement et toujours en forme. Après avoir donné des informations sur l'équilibre alimentaire, le tri des déchets, les OGM ou les emballages alimentaires, l'auteur propose des activités, des quizz et des anecdotes.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

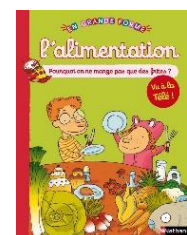
Disponibilité(s) : 19, 87

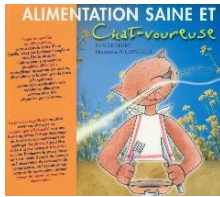
Alimentation. Pourquoi on ne mange pas que des frites ? (I').

[F Rastoin-Faugeron, B Chaud, Nathan, 2002]. Chacune des catégories d'aliments présentées commence par une petite histoire, suivie d'informations plus spécifiques ou de devinettes. L'ouvrage se termine par un jeu sur la composition d'un menu équilibré et un lexique des mots difficiles.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 16, 19, 24, 33, 40, 47, 79





Alimentation saine et chat-voureuse.

[N Le Berre, Les 3 spirales, 2004]. Ce livre illustré aborde, à travers l'expérience de 3 chats représentant les 3 types morpho-psychologiques de la médecine ayurvédique, les différents thèmes liés à l'alimentation : la digestion, le rythme des repas, les familles d'aliments et les habitudes culinaires à travers le monde.

Public(s) : enfant
Disponibilité(s) : 33

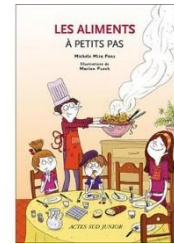
Aliments à petits pas (les).

[M Mira Pons, V Theinhardt, Actes sud junior, 2000]. Ce livre a pour objectif de faire comprendre à quoi ça sert de manger, quel rôle joue chaque famille d'aliments, comment on mangeait autrefois, comment on mange ailleurs dans le monde, qu'est-ce que "la malbouffe" ou les OGM. Il propose plein de petites informations, des dessins humoristiques, des recettes et des expériences à faire.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clés : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 19



Apprentis du goût (les).

[L Schmitter, C Jegou, M Lebeau (et al.), Mila éditions, 2007). Cet ouvrage s'adresse aux enfants à partir de 4 ans, et a pour objectif de sensibiliser le jeune public à l'univers des goûts et des saveurs à travers l'histoire de Théo. Un cédérom audio accompagne l'ouvrage dans lequel on peut entendre des chansons écrites par des enfants.

Public(s) : enfant, jeune enfant

Mot(s)-clés : 5 sens

Disponibilité(s) : 16, 79

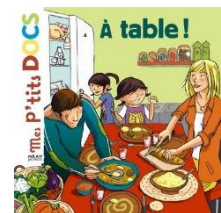
A table !

[S Ledu, T Bonte, Milan jeunesse, 2010]. Ce livre à partir de 3 ans de la collection "Mes p'tits docs" permet d'aborder le thème de l'alimentation : Pourquoi et que doit-on manger ? Pourquoi se met-on autour d'une table pour manger ? Est-ce partout pareil sur terre ? Comment et que mange-t-on dans les autres pays ? Les textes sont courts et très illustrés.

Public(s) : enfant, jeune enfant

Mot(s)-clés : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 23, 33, 40, 47



Beurk ! Encore des légumes !

[S de Mathuisieulx, L Richard, Milan, 2005]. Ce livre, permettant de parler d'équilibre alimentaire avec les enfants, raconte l'histoire d'Ève-Anne qui n'aime que les pâtes et de sa maman qui l'oblige à manger aussi de la viande et des légumes.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clés : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 19

Bien dans son assiette, à la cantine !

[V Gaudin, E Heliot, Ed.Belin, 2011]. A travers l'histoire de Lison et Samuel, les enfants découvrent à quoi ressemble une cantine où on mange des plats variés, équilibrés et très bons. Une grande place est faite aux légumes et fruits de saison, aux produits locaux et bio, à la gestion des déchets à la cantine.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 47



Bon appétit, Mikalou ! Tout savoir sur la nutrition de 0 à 6 ans.

[Mutualité Française Occitanie, 2016]. Ce livret vise à sensibiliser les enfants à l'équilibre alimentaire et à la nécessité d'avoir une activité physique. Les enfants suivent Mikalou à l'heure du déjeuner... Mais quelques règles sont à respecter : ne pas grignoter entre les repas, manger des fruits et légumes, privilégier l'eau comme boisson, etc. En fin de livret, des jeux sont proposés aux enfants (coloriage, jeu des erreurs, labyrinthe...). Les parents y trouveront également des conseils utiles sur la diversification alimentaire, les bonnes conditions du repas, les erreurs à éviter, les temps en dehors des repas... et des questions/réponses pour faire le point avec leur enfant. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : enfant, jeune enfant

Disponibilité(s) : 16, 79

Cerise et ses amis au rythme des saisons.

[G Callac, I Durack, X Hualing, Bélénois Enjeux Nutrition, Le buveur d'encre, 2010]. L'album se compose de 4 histoires qui se déroulent dans 4 régions de France. Dans chaque récit, l'enfant évolue dans son contexte familial au fil des 4 saisons. Les objectifs de cet ouvrage sont d'identifier le bon rythme des repas et des activités de la journée, reconnaître les familles alimentaires, repérer les temps d'activités physiques, acquérir des règles d'hygiène (sommeil, toilette, lavage des mains, des dents...) et se repérer dans le temps.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 79



C'est bon, c'est beau ! Les arts du goût.

[G Stassart, Autrement junior, 2002]. Dans cet ouvrage, l'auteur nous entraîne à la découverte des mécanismes de la faim, du pouvoir des images et de l'imagination, des rituels autour de la nourriture. Il propose une initiation à l'art pour les plus jeunes, via le monde du goût et de l'alimentation et des corrélations entre plaisir des yeux et plaisir de bouche, et ce à travers les âges.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 19

Contes gourmands pour ouvrir les petits appétits.

[B Guthart, S Lanciot, E Chollat, Belin, 2010]. 10 histoires invitent les enfants à découvrir de nouvelles saveurs et à les initier à la cuisine. Chaque conte précède une recette et une idée de présentation de la nourriture dans l'assiette de l'enfant.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 47





Copain de la cuisine.

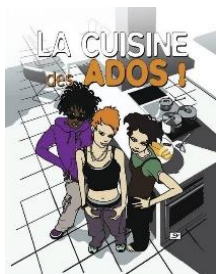
[C Roland, D Grosjean, Milan jeunesse, 2005]. Cet ouvrage aborde la cuisine au travers d'une encyclopédie des aliments, illustrée de recettes, d'histoires, de chiffres, de conseils, de trucs, de jeux... A partir de chaque produit, il permet de cuisiner en toutes saisons et en toutes occasions.

Public(s) : enfant
Disponibilité(s) : 16

Crocolou aime cuisiner.

[O Texier, Actes sud junior, 2010]. Cet album, destiné aux jeunes enfants, permet d'aborder l'élaboration d'une recette de cuisine, le partage en famille dans la réalisation puis dans la dégustation et les sens en éveil (odeur du gâteau qui cuit, la chaleur du four, la décoration, le goût...).

Public(s) : jeune enfant
Mot(s)-clé(s) : 5 sens
Disponibilité(s) : 79



Cuisine des ados ! (la).

[J Warlop, De La Martinière Jeunesse, 2006]. Cet ouvrage propose des idées et astuces pour concilier les besoins et envies alimentaires des ados tout en leur offrant la possibilité de cuisiner des menus équilibrés, simples et rapides à réaliser. En plus des recettes, plusieurs informations permettent aux jeunes d'acquérir des connaissances générales sur l'alimentation : l'éveil du goût, différence entre sucre lent et sucre rapide, l'importance et le rôle des groupes d'aliments.

Public(s) : adolescent
Disponibilité(s) : 16, 33, 47, 87

Dis comment ça pousse ?

[F De Guibert, C Pollet, De La Martinière Jeunesse, 2016]. Cet ouvrage permet aux enfants d'apprendre à connaître tous les secrets des fruits, des légumes et de leur culture.

Public(s) : enfant
Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes
Disponibilité(s) : 47



Dis maman, c'est quoi manger ? Au pays de l'aventure avec p'tit Lait.

[M-P Deidda-Fenoglio, Les Presses du Midi, 2006]. Cet ouvrage permet de sensibiliser les enfants à l'importance de bien se nourrir et de découvrir les différentes étapes de la digestion. Un récit vivant illustré par des dessins expressifs attirera l'attention des plus jeunes.

Public(s) : enfant, jeune enfant
Disponibilité(s) : 33, 40

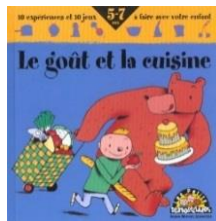
Goûte au moins !

[M Brami, S Barroux, Circonflexe, 2005]. Lionel ne veut manger que des pâtes, car aucun légume ne trouve grâce à ses yeux. Avant même de les avoir goûtés, il les déteste. Cet ouvrage peut permettre de faire découvrir à un enfant de nouveaux goûts. [Voir un document pédagogique associé à cet ouvrage](#)

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : 5 sens, fruits et légumes

Disponibilité(s) : 19



Goût et la cuisine (le).

[P Desjours, JF Martin, Albin Michel Jeunesse, 2004]. Ce livre est un parcours d'exploration autour du goût organisé en dix séquences. L'enfant va observer, faire des expériences, réfléchir et comprendre ses sens. Pour les 5-7 ans.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : 5 sens

Disponibilité(s) : 19, 33, 47, 87

Goût et l'odorat (le).

[C Brus, Les petits débrouillards, Albin Michel Jeunesse, 2001]. Cet ouvrage propose des expériences à faire chez soi avec du matériel très simple pour comprendre : la reconnaissance des odeurs et des goûts, les molécules odorantes, la sensibilité de la langue et de ses capteurs, le rôle de la salive, les liens entre le goût et l'odorat.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : 5 sens

Disponibilité(s) : 87



Grand livre-jeu des gourmands (le).

[C Chatel, Gwe, Nathan, 2015]. Cet album propose 9 jeux pour connaître les aliments. Au fil des pages, l'enfant joue : à faire les courses et à retrouver une liste d'aliments dans les rayons ; à chercher et trouver des fruits et à répondre à quelques questions ; à découvrir les nutriments présents dans les aliments ; à vérifier si le petit déjeuner choisi par un des personnages est équilibré ou pas ; à répondre à une série de vrai ou faux ; à trouver les plats du monde ; à mettre la main à la pâte avec un cahier de recettes.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 16

Je suis bien dans mon assiette car je respecte mon estomac et ma planète.

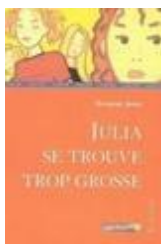
[JR Gombert, Elan vert, 2007]. Cet album permet à la fois de sensibiliser les enfants au problème de l'alimentation et de les faire réfléchir à l'impact de la nourriture sur la santé et sur la planète. Il se compose de 8 chapitres donnant des explications simples et proposant des mises en scène attrayantes et colorées.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 19





Julia se trouve trop grosse.

[S Jaoui, F Revena, Casterman, 2003]. Ce roman traite de la difficulté de grandir d'une adolescente qui se trouve trop grosse. L'ambiance qui entoure le personnage montre sa souffrance et l'incompréhension qui mine régulièrement son quotidien. La bienveillance de ses proches et l'aide d'un médecin l'aideront à surpasser son malaise.

Public(s) : adolescent

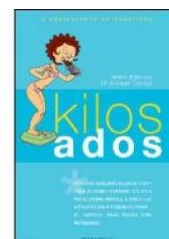
Disponibilité(s) : 47

Kilos ados.

[M Belouze, A Cocaul, Marabout, 2002]. Cet ouvrage explique les notions de poids et de surpoids à destination des adolescents. Il aborde d'une manière simple les notions de l'équilibre alimentaire, la transformation corporelle à l'adolescence, les régimes, l'anorexie, la boulimie.

Public(s) : adolescent

Disponibilité(s) : 33, 40



Lili n'aime que les frites.

[D De Saint-Mars, S Bloch, Calligram, 1993]. Ce petit livre montre que le cadre du repas est aussi important que ce qu'il y a dans l'assiette. Il peut aider à aborder avec les enfants les goûts et dégoûts alimentaires et expliquer l'importance de la diversité alimentaire.

Public(s) : enfant

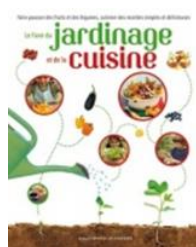
Disponibilité(s) : 24, 33, 47, 64

Livre des miam, glourps, glou, plop ! (le).

[S Alton, N Sharratt, Gallimard, 2007]. Ce livre pop up permet d'explorer la digestion et le trajet des aliments, à l'aide de pop up, tirettes, rabats et dépliants.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 16



Livre du jardinage et de la cuisine (le).

[S Willock-Moore, Gallimard jeunesse, 2009]. Ce livre permet aux enfants de s'initier aux techniques du jardinage et de la cuisine afin qu'ils puissent cuisiner les fruits et légumes qu'ils auront appris à faire pousser. Il permet d'aborder les thèmes de l'alimentation, de l'équilibre alimentaire, de l'intérêt pour la santé de consommer des fruits et légumes de saison en termes de préservation des vitamines et de plaisir gustatif.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable, fruits et légumes

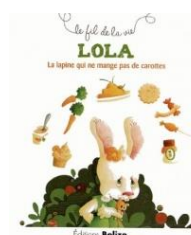
Disponibilité(s) : 16

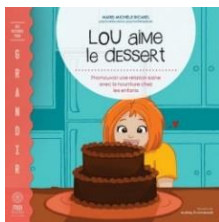
Lola. La lapine qui ne mange pas de carottes.

[L Peroueme, V Hermouet, Belize, 2012]. Cet ouvrage permet d'aborder avec les plus jeunes les problèmes liés aux allergies alimentaires. L'album contient une double page documentaire qui fait prendre conscience du nombre de plus en plus important d'enfants sujets aux allergies et des problèmes engendrés dans la vie quotidienne.

Public(s) : enfant, petite enfance

Disponibilité(s) : 47





Lou aime le dessert. Promouvoir une relation saine avec la nourriture chez les enfants.

[M-M Ricard, A Saint-Arneauld, Midi trente, 2019]. Dans cet album, il est question de choix et de comportements alimentaires, des signes de faim et de satiété, d'image corporelle positive et d'alimentation en pleine conscience. Des questions ponctuent le texte afin d'aider à ouvrir le dialogue. Des activités de sensibilisation et de prévention complètent la démarche avec l'enfant, tandis qu'une section destinée aux parents et aux intervenants suggère des stratégies éducatives favorables au développement d'une saine relation avec la nourriture chez l'enfant.

Public(s) : enfant
Disponibilité(s) : 16, 17

Manger, à quoi ça sert ?

[S de Mathuisieulx, C Millecamps, L Sabathie (et al.), Belin, 2005]. Cet album permet une première approche de l'alimentation en répondant à certaines questions que se posent les enfants sur les aliments qui font grandir, sur l'alimentation dans les différents pays ou encore sur l'alimentation des animaux.

Public(s) : enfant
Mot(s)-clés) : habitudes alimentaires
Disponibilité(s) : 19



Marlène grignote tout le temps.

[D de Saint-Mars, S Bloch, Calligram, 2003]. Cet ouvrage aborde au travers de l'histoire Lili et Marlène, le lien entre alimentation et psychologie : image de soi, regard des autres (piscines, en vacances...), relation et soutien de l'entourage lorsqu'il y a problème de poids chez un enfant. Il permet de comprendre pourquoi certaines personnes mangent trop. Un outil à l'attention des enfants, des parents et des animateurs pour amorcer le dialogue.

Public(s) : enfant
Disponibilité(s) : 24, 33, 47

Marre de mes kilos en trop.

[S Boutaudou, L Aynie, De La Martinière, 2008]. Cet ouvrage traite du problème de poids chez les jeunes. Trois chapitres distincts découpent ce guide : le 1^{er} traite des souffrances que les personnes en surpoids peuvent endurer, le 2^{ème} et le 3^{ème} chapitres abordent plus en détail le problème de l'excès de poids.

Public(s) : adolescent
Disponibilité(s) : 33, 40, 47



Mieux manger, mieux vivre !

[Croix-Rouge française, Ministère de l'éducation nationale, de la jeunesse et de la vie associative, 2012]. Ce livret personnalisable est destiné aux enfants et pré-adolescents. Il contient un test sur le comportement alimentaire, un mémo sur les 9 repères de consommation du PNNS, et des recettes simples, équilibrées et colorées.

Public(s) : enfant, adolescent
Disponibilité(s) : 16, 17



Non, je n'ai jamais mangé ça !

[J Dalrymple, Ecole des Loisirs, 1999]. "Quelles sont ces graines ?" demande Léo à Papi. "C'est du blé", répond Papi, " tu en manges tous les jours." "Mais non, je n'ai jamais mangé de ça, moi !" s'écrie Léo. Cet ouvrage explique la transformation des aliments notamment les transformations successives des graines de blés semées au pain.

Public(s) : enfant
Disponibilité(s) : 19

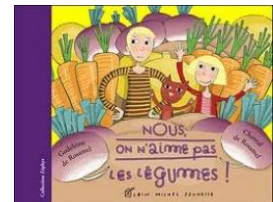
Nous, on n'aime pas les légumes !

[C et G de Rosamel, Albin Michel Jeunesse, 2007]. Les auteures invitent parents et enfants à porter un regard neuf sur les légumes. Carottes, poireaux, pommes de terre et navets s'animent et invitent toute la famille à jouer : avec la forme de chaque légume, à préparer ensemble un plat, à chercher des légumes cachés.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 16



Princesse qui détestait les légumes (la).

[M Priceman, Circonflexe, 2004]. Cet ouvrage est destiné aux enfants qui n'aiment pas les légumes. A travers l'histoire d'une princesse qui refuse toute nourriture, l'objectif de cet album est de convaincre les enfants de manger des légumes et de leur montrer qu'ils sont essentiels à leur santé.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

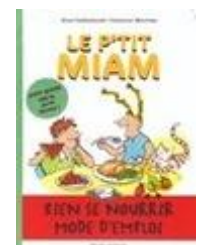
Disponibilité(s) : 33, 40, 47

P'tit miam (le).

[A Goldschmidt, C Meurisse, Bayard éditions jeunesse, 2004]. Cet ouvrage explique aux enfants pourquoi il est important de bien se nourrir pour bien grandir. Il comporte des histoires pour découvrir à quoi servent les aliments, des conseils ce qu'il est important de manger et des recettes spéciales pour faire aimer ce que les enfants aiment le moins.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 19, 47



Quand Tine ne veut pas manger à l'école !

[B Carboneill, M Caprini, Tournez la page jeunesse, 2011]. Cette histoire pour les enfants de 3 à 6 ans a pour objectif de les inciter à tout goûter à la cantine. Chaque jour à la cantine, un nouveau menu est proposé aux enfants. Mais Tine ne veut pas manger à l'école parce qu'elle a décrété que ce n'était pas bon. Toutefois, elle décide de goûter à tous les plats et, parfois ce sont de bonnes surprises qui l'attendent.

Public(s) : enfant, jeune enfant

Mot(s)-clé(s) : 5 sens

Disponibilité(s) : 47



Sais-tu vraiment ce que tu manges ?

[N Benlakhel, Milan, 2003]. Ce livre a pour objectif de donner des points de repères sur l'alimentation et la production alimentaire. Il donne également des conseils pour une alimentation équilibrée.

Public(s) : enfant
Disponibilité(s) : 19, 47

Sport : pourquoi doit-on faire de l'exercice ? (le)

[F Rastoin-Faugeron, B Chaud, Nathan, 2005]. Cet ouvrage permet d'informer les enfants sur la notion d'activité physique. Pourquoi le sport, c'est bon pour la santé ? C'est quoi, un sport d'équipe ? Comment choisir un sport ? Les enfants trouveront une réponse parmi les conseils et jeux proposés.

Public(s) : enfant

Mot(s)-clé(s) : activité physique

Disponibilité(s) : 40



Tout le monde à table !

[A Maxeiner, La joie de lire, 2019]. Cet album jeunesse détaille, entre autres, les différences entre humains et animaux, les spécialités et les repas à travers le monde, les modes de consommation ou encore les sens mobilisés. Il montre que l'alimentation varie selon les goûts et l'âge des personnes.

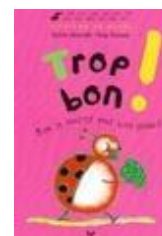
Public(s) : enfant
Mot(s)-clé(s) : 5 sens
Disponibilité(s) : 16

Trop bon ! Bien se nourrir pour bien grandir.

[S Girardet, P Rosado, Hatier, 2006]. Cet ouvrage propose de découvrir les grands principes de l'alimentation et apprendre à bien manger. Il comprend 5 petites fables, des jeux, des recettes et des conseils.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 19, 47



Une soupe 100 % sorcière.

[Q Simon, M Le Huche, Glénat, 2007]. La sorcière Kroquela s'aperçoit au moment de faire sa soupe qu'il lui manque plein d'ingrédients... Elle file chez sa voisine Mère-Grand pour lui voler quelques carottes. Une petite escale chez l'ogre pour s'approvisionner en pommes de terre et hop !

Pour finir, direction le potager du bûcheron où Kroquela chipe quelques poireaux. Ce conte permet d'aborder avec les enfants, avec humour, les bienfaits nutritionnels de la consommation de légumes, mais aussi les plaisirs d'en manger.

Public(s) : enfant
Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes
Disponibilité(s) : 47, 79

Des livres, des jeux et des guides autour des recettes



100 % excellent ! Les 120 meilleures recettes d'Astrapi.

[Bayard éditions jeunesse, 2009]. Ce livre regroupe 120 recettes faciles à réaliser, avec des ingrédients simples. Il se présente en chevalet et comprend des recettes sucrées et salées divisées en trois parties : les entrées, les plats et les desserts.

Public(s) : enfant
Disponibilité(s) : 79

Accommoder les restes. Recettes économiques selon vos goûts et sans vous prendre la tête, c'est ça la cuisine facile !

[Banque alimentaire des Bouches-du-Rhône, 2014]. Livret de recettes simples et peu onéreuses pour utiliser les restes et réaliser des plats économiques.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire

Disponibilité(s) : 17



Avec 1 plat j'en fais 3. Grande cuisine pour petit budget.

[B Olivier, Sud Ouest, 2009]. Ce livre donne des conseils afin de bien gérer ses achats en matière d'alimentation et propose ensuite une série de recettes de cuisine avec pour principe de réaliser un premier plat à partir d'un ingrédient principal et de le décliner ensuite sur deux autres plats totalement différents.

Public(s) : adulte
Disponibilité(s) : 17

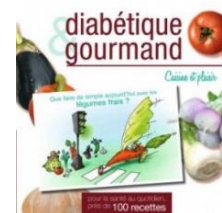
Diabétique et gourmand : Que faire de simple aujourd'hui avec les légumes frais ?

[A Delaval, A Weislo, Chronoprint, 2012]. Cet ouvrage a été réalisé en collaboration avec le Service Nutrition de l'Institut Pasteur de Lille. Il présente 90 recettes adaptées aux patients diabétiques, avec pour chaque légume, une fiche technique (origine, composition et qualités nutritionnelles, bénéfiques pour la santé, conseils pour l'achat et la conservation) et des recettes associées. La recette est photographiée en pas à pas et dans sa version finalisée. Le livre indique comment éplucher, équeuter, évider chacun de ces légumes.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 17, 40



Chef ! La cuisine accessible.

[C Frotscher, Wehrfritz, s.d.]. Composé de cartes magnétiques, ce jeu de plateau permet de créer des panneaux d'affichage autour des aliments et de leur préparation. L'objectif principal est de permettre aux jeunes enfants d'acquérir de l'autonomie. Cet outil permet de découper la préparation d'une recette en différentes phases et de les illustrer avec les pictogrammes.

Public(s) : enfant, jeune enfant
Disponibilité(s) : 16, 17, 79, 87

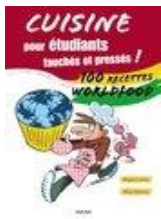
Croquer les saisons : recettes de saison économiques et faciles.

[Espace Camaïeux, 2008]. Issu de l'atelier cuisine du secteur adulte du centre social "Espace Camaïeux" à Esnandes en Charente Maritime, ce livre présente des recettes simples et faciles à mettre en oeuvre. Il présente également des idées de menus équilibrés, économiques et variés à réaliser, les menus sont présentés par saisons.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clés : aide alimentaire

Disponibilité(s) : 17



Cuisine pour étudiants fauchés et pressés ! 100 recettes world food.

[B Carrère, M Boisteau, Milan, 2009]. Ce livre de recettes faciles et pas chères pour les étudiants propose plus de 100 recettes du monde entier.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clés : aide alimentaire, habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 87

Cuisiner avec un petit budget. Recettes et astuces.

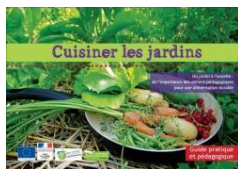
[CERIN, s.d.]. Ce livret apporte des réponses et de l'inspiration culinaire pour cuisiner dans un espace réduit, savoir comment emporter à manger sur son lieu de travail, préparer des repas sans plaque de cuisson ni de four à micro-ondes. Enfin, il permet d'apprendre à optimiser les courses et les réserves alimentaires sans gaspiller. [Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)



Public(s) : adulte

Mot(s)-clés : aide alimentaire

Disponibilité(s) : 24



Cuisiner les jardins. Du jardin à l'assiette : de l'importance des ateliers pédagogiques pour une alimentation durable. Guide pratique et pédagogique.

[Collectif régional d'éducation à l'environnement et au développement durable Auvergne, Association A.N.I.S. Etoilé, DRAAF Auvergne, 2013]. A destination de l'ensemble des acteurs éducatifs, ce guide tend à créer des passerelles entre jardin et cuisine et à souligner l'importance du jardin comme l'une des premières bases de l'alimentation durable. En donnant des idées pratiques d'animations, en identifiant les principaux obstacles et les différents leviers d'actions, ce guide encourage à la mise en place d'actions éducatives en associant les thèmes jardin et alimentation, de la graine à l'assiette.

[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clés : alimentation durable

Disponibilité(s) : 16, 24, 33

Cuisiner malin. Livre de recettes faciles et pas chères pour toutes et tous.

[S Trognon, N Bourdouleix, M-F Chouffier, Mairie de Paris, 2012]. Ce livret de recettes est imaginé et réalisé grâce à la mobilisation conjointe de travailleurs sociaux, de professionnels de la nutrition et de volontaires d'ateliers de cuisine.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clés : aide alimentaire

Disponibilité(s) : 16, 24, 86





Cuisine vagabonde. L'Amateur de cuisine 2 (1a).

[JP Derenne, Fayard, 2012]. Ce 2^{ème} volume de L'Amateur de cuisine initie aux trésors gratuits de la nature. Au gré de promenades, il permet d'apprendre à cueillir, glaner et récolter des herbes sauvages, des champignons, des fleurs et des fruits verts ou trop mûrs... mais aussi à pêcher des poissons, à ramasser des coquillages et des crustacés. Enfin, l'auteur apprend à profiter des restes de cuisine : fanes de légumes, peaux et pépins des fruits, pain sec... à les savourer à l'aide de plus de cinq cents recettes.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 79

Cuisez en tous temps, en tous lieux. L'Amateur de cuisine, 3.

[JP Derenne, Fayard, 2010]. Cet ouvrage propose de découvrir des recettes à l'aide d'une bouilloire. Déclinée en 450 recettes, cette méthode permet de conserver la saveur et la qualité nutritionnelle des aliments sans ajouter de corps gras. De plus, l'auteur détaille chaque produit : son histoire, son origine, ses apports nutritionnels. Cet ouvrage peut être utilisé dans le cadre d'ateliers cuisine.

Public(s) : adulte

Disponibilité(s) : 86



Délice de fruits et de légumes. Livret de recettes.

[ARS Poitou-Charentes, IREPS Poitou-Charentes, 2011]. Cet outil est né du constat que les fruits et les légumes disponibles dans les structures d'aide alimentaire n'étaient que partiellement consommés. Il a pour objectif de les valoriser dans l'alimentation au quotidien. Il est destiné aux animateurs des ateliers cuisine et à toute structure d'aide alimentaire accueillant des personnes en situation de précarité. Il propose 93 fiches de recettes illustrées à réaliser avec des fruits et des légumes. Il souhaite donner envie de cuisiner en confectionnant des recettes simples, à petit prix, accessibles à tous.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire, fruits et légumes

Disponibilité(s) : 16, 17, 79, 86

Farandole de légumes. Recettes faciles au quotidien (1a).

[Epilog, Fondation Louis Bonduelle, s.d.]. Après avoir rappelé les recommandations du Programme national nutrition santé (PNNS), ce livre propose quelques recettes simples à réaliser, notamment à base de légumes, afin de faciliter la consommation d'une des 5 parts de légumes recommandées par jour.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 17

Fiches recettes. 51 idées de plats à déguster en famille !

[Conseil général du Val-de-Marne, s.d.]. Ce livret a été réalisé dans le cadre d'un programme d'éducation nutritionnelle en faveur des enfants de 0 à 6 ans intitulé "Bien manger pour mieux grandir". Il contient 51 idées de plats à déguster en famille, de l'entrée au dessert. Chaque page présente une recette illustrée, dans certaines d'entre elles sont donnés des conseils pour conserver certains aliments ou pour adapter la recette avec d'autres ingrédients.

[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : enfant, jeune enfant

Disponibilité(s) : 17



Je cuisine avec Mamie, c'est facile !

[MSA des Charentes, s.d.]. Ce livret a été conçu suite aux ateliers culinaires animés par des retraités de Haute-Saintonge (Charente-Maritime) auprès d'enfants accueillis en centres de loisirs. Ces ateliers visaient à valoriser les engagements, l'expérience des aînés et à créer du lien entre les générations. On retrouve dans ce livret des recettes simples à réaliser avec des enfants.

Public(s) : adulte, enfant

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 17

Livret de recettes. Bien manger avec un petit budget.

[Mutualité française Midi-Pyrénées, ARS Midi-Pyrénées, 2012]. Ce livret propose des recettes pour tous les goûts, simples et originales, et à réaliser avec des produits diversifiés et peu coûteux.

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire

Disponibilité(s) : 17



Manger équilibré : jouez la variété !

[Fédération française des banques alimentaires, CERIN, 2006]. Cet outil permet d'animer des ateliers cuisine avec des personnes en situation de précarité, autour de la question de l'équilibre alimentaire. Cet outil comprend : 47 fiches recettes, une fiche sur l'étiquetage.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire

Disponibilité(s) : 16

Manuel de cuisine pour tous.

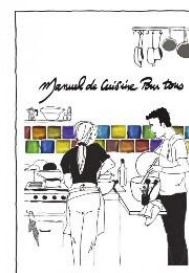
[D Hays, M Subtil, M Predine (et al.), Les Anges Gardins, 2012]. Ce manuel propose, à travers une série de fiches illustrées, les techniques de base de la cuisine afin de donner à chacun le plaisir de cuisiner au quotidien, même avec un budget serré.

[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adulte, enfant

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire

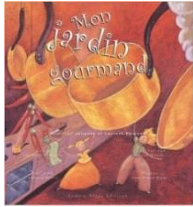
Disponibilité(s) : 16, 24, 79, 86, 87



Meilleur du pique-nique et du barbecue. Des recettes faciles et gourmandes (le).

[INPES, 2014]. Ce site internet propose, sous forme d'un livret dont on tourne les pages, des recettes de plats simples et équilibrés pour le barbecue ou pour le pique-nique.

Public(s) : adulte
Disponibilité(s) : 16, 17



Mon jardin gourmand.

[J et L Pourcel, L Gouverne, Romain pages, 2004]. A travers un conte culinaire, imaginé par deux chefs étoilés, les lecteurs sont invités à réaliser des recettes ludiques. Ce livre est accessible pour des enfants à partir de 8 ans, il permet de favoriser l'imagination et la créativité des enfants.

Public(s) : enfant
Disponibilité(s) : 17

Petites recettes illustrées 2 (les).

[E Goulliart, Atelier vespérales, Editions de l'Étagère, 2009]. Ce livre propose des recettes de cuisine pour préparer des repas équilibrés. Chaque recette est illustrée étape par étape pour bien comprendre le déroulement de la préparation. Sur chaque double-page : un aliment mis à l'honneur, le budget moyen de la recette, une astuce pour faire du sport.

Public(s) : adulte
Mot(s)-clé(s) : activité physique
Disponibilité(s) : 17, 64



Petits pieds dans les grands plats (les).

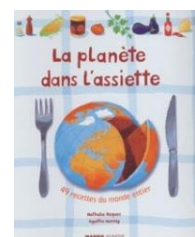
[P De Voghel, Sedrap, 2014]. Ce livre offre des pistes d'éducation alimentaire pour la santé des enfants dès trois ans. Cet outil est structuré en quatre chapitres, selon les quatre saisons. Chaque saison comporte 3 recettes de goûter et 3 recettes de pique-nique.

Public(s) : enfant, jeune enfant
Disponibilité(s) : 79

Planète dans l'assiette (la).

[N Roques, A Hennig, Mango jeunesse, 2004]. Cet ouvrage illustré fait découvrir aux jeunes lecteurs le tour du monde en 49 recettes issues de pays des cinq continents. Chaque fiche comporte des conseils pratiques pour la réalisation des recettes ainsi qu'une anecdote sur le pays.

Public(s) : enfant
Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires
Disponibilité(s) : 33, 47



Que faire de simple aujourd'hui avec les autres légumes...et les herbes.

[A Delaval, A Weislo, Chronoprint, 2011]. Cet ouvrage présente 85 recettes avec pour chaque légume ou herbe, sa petite fiche technique (origine, composition et qualités nutritionnelles, bénéfiques pour la santé, conseils pour l'achat et la conservation) et des recettes associées. La recette est photographiée en pas à pas et dans sa version finalisée. Le livre indique comment éplucher, équeuter, évider chacun de ces légumes.

Public(s) : adolescent, adulte
Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes
Disponibilité(s) : 17, 47

Que faire de simple aujourd'hui avec les fruits frais ?

[A Delaval, A Weislo, Chronoprint, 2009]. Cet ouvrage est composé de recettes à base de fruits frais. Les qualités nutritionnelles et diététiques des fruits sont décrites. Les informations ont été rédigées par l'Institut Pasteur de Lille.

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 17, 47, 79, 87



Que faire de simple aujourd'hui avec les légumes frais ?

[A Delaval, A Weislo, Chronoprint, 2007]. Cet ouvrage réalisé en collaboration avec le CRES Nord-Pas-de-Calais et l'Observatoire de la santé du Hainaut, propose de faire la découverte des légumes, de réaliser environ 100 recettes, d'obtenir des conseils nutritionnels de l'Institut Pasteur de Lille et des conseils en éducation pour la santé. Il peut aider à compléter ses connaissances et à constituer un véritable support pour illustrer les séances d'animation sur l'équilibre alimentaire et les ateliers culinaires que l'on peut mettre en place.

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 16, 17, 19, 23, 33, 47, 64, 79, 87

Que faire de simple aujourd'hui avec nos p'tits loups ?

[A Delaval, A Weislo, Chronoprint, 2017]. Cet ouvrage propose 20 recettes faciles expliquées aux enfants à partir de 6 ans. Il permet aux adultes d'accompagner les enfants dans la découverte de la cuisine simple et saine avec des fruits et des légumes.

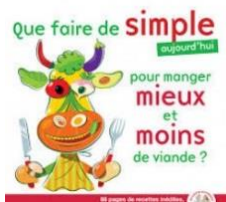
Public(s) : adulte, enfant

Mot(s)-clé(s) : fruits et légumes

Disponibilité(s) : 17



Que faire de simple aujourd'hui pour manger mieux et moins de viande ?



[A Delaval, A Weislo, Chronoprint, 2017]. Cet ouvrage est composé de recettes comprenant des protéines d'origines très variées, pas uniquement animales. Chaque recette propose des astuces, des bons à savoir et des conseils. Un rappel sur les principes de l'équilibre alimentaire et la composition d'un repas équilibré est proposé en fin d'ouvrage.

Public(s) : adolescent, adulte

Disponibilité(s) : 17

Recette pour réussir des ateliers culinaires. Guide pratique pour l'organisation et l'animation d'ateliers culinaires en milieu scolaire primaire.

[Direction régionale de santé publique du CIUSSS du Centre-sud-de-l'Île-de-Montréal, Equiterre, 2018]. Ce guide pratique québécois comprend des schémas et illustrations clairs et pratiques ; le détail des étapes et sous-étapes de planification, de préparation, d'animation et du bilan ; des fiches informatives.

Public(s) : enfant

Disponibilité(s) : 40





Recettes. L'art de cuisiner des restes. Tome 2. Programme local de prévention des déchets.

[Communauté de l'agglomération havraise (CODAH), 2017]. Cet ouvrage propose de cuisiner et d'accommoder les restes alimentaires et d'éviter ainsi, de jeter des aliments qui peuvent encore être consommés.

[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : alimentation durable

Disponibilité(s) : 24

Reste ! A table.

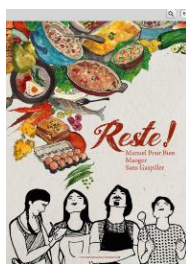
[M Subtil, L Kroll, L'ambassade du bien vivre alimentaire, s.d.]. Ce jeu de cartes permet de sensibiliser à la cuisine des restes, de découvrir, ou redécouvrir, des recettes simples et originales composées à partir de restes alimentaires variés et d'ingrédients de base. Les joueurs disposent chacun d'une carte "recette" et de 6 cartes ingrédients, le but du jeu étant de réunir les cartes ingrédients nécessaires pour réaliser une recette.

[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire

Disponibilité(s) : 17



Reste ! Le manuel pour bien manger sans gaspiller.

[D Hays, C Lecomte, E Predine (et al.), Les Anges Gardins, 2016]. Ce guide sur le gaspillage alimentaire répond aux questions suivantes : Comment s'approvisionner correctement et cuisiner sans gâcher ? Comment bien manger sans gaspiller ? Dans une 1^{ère} partie théorique, il apporte des données chiffrées sur le gaspillage alimentaire et les grandes clés de la valorisation des restes. Il offre ensuite, dans une 2^{ème} partie, 1001 idées pour réutiliser différents aliments. Pour chaque chapitre, il quantifie les portions, rappelle les grands principes de conservation de l'aliment puis propose des recettes. Il donne également des conseils pour recycler nos déchets alimentaires : nourrir des animaux ou nourrir le jardin.

[Egalement disponible en ligne : clic ici !](#)

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire, alimentation durable

Disponibilité(s) : 23, 24, 47, 79

Savez-vous goûter... les légumes secs ?

[B Couderc, D Mischlich, G Daveau (et al.), Presses de l'EHESP, 2014]. Cet ouvrage pratique propose une information générale sur la grande famille des légumineuses et son importance. Il décline ensuite quantité de recettes faciles au travers de préparations pratiques au quotidien, "sur le pouce", des soupes, des salades, des sauces, les plats principaux et atypiques. Pour finir, un chapitre "Pour aller plus loin" propose des astuces, utilisation des épices, quiz.

Public(s) : adolescent, adulte

Disponibilité(s) : 47, 64





Savez-vous goûter... les tubercules ?

[F Quellier, B Couderc, C Huby (et al.), Presses de l'EHESP, 2017]. Cet ouvrage propose près de 80 recettes gourmandes et simples à réaliser, agrémentées de conseils culinaires, de quiz et d'idées créatives. L'objectif est de mettre à l'honneur les tubercules (pomme de terre, patate douce, topinambour, taro, igname ou manioc...) à l'aide de recettes qui mettent en avant leurs qualités gustatives et nutritionnelles, afin de mieux les faire connaître et de favoriser leur consommation.

Public(s) : adolescent, adulte

Disponibilité(s) : 16

Système D. La cuisine des débrouillards.

[T Marx, M De L'Ecotais, Flammarion, 2013]. Cet ouvrage propose 60 recettes à bas coûts et toutes réalisables sans instruments de cuisine. L'auteur, Thierry Marx, grand chef cuisinier, a élaboré ces recettes avec l'aide de détenus afin de pallier au manque de matériel et de produits rencontré lors d'une incarcération en prison.

Public(s) : adulte

Mot(s)-clé(s) : aide alimentaire

Disponibilité(s) : 17

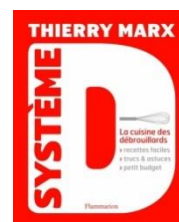


Table ouverte à Ma Campagne : récits et recettes d'ici et d'ailleurs.

[CSCS, MJC Louis-Aragon, 2003]. Ce livre de recettes a été réalisé dans le cadre des activités socioculturelles de la Maison des Jeunes et de la Culture "Louis-Aragon Angoulême-Ma Campagne". Il regroupe des recettes de cuisine d'origines diverses : françaises, réunionnaises, algériennes, tunisiennes, vietnamiennes... Il a pour objectif de transmettre le savoir-faire culinaire et culturelle de chaque pays. Chaque recette est agrémentée d'un texte : souvenir, anecdote ou astuce pour réussir la recette.

Public(s) : adolescent, adulte

Mot(s)-clé(s) : habitudes alimentaires

Disponibilité(s) : 16

Index



1. Recherche par public

Petite enfance.....4, 6, 9, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 23, 24, 25, 29, 30, 33, 34, 38, 39, 40, 48, 51, 52, 60, 61, 62, 64, 66, 68, 71, 72

Enfant.....4, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 55, 56, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 67, 68, 71, 72, 73

Adolescent.....4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 15, 16, 18, 19, 21, 22, 23, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 41, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 56, 57, 58, 59, 62, 64, 65, 69, 71, 72, 73, 74, 75

Adulte.....4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 40, 41, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75

2. Recherche par mot(s)-clés

Implicitement, les outils du catalogue traitent de l'alimentation, de la nutrition et de l'équilibre alimentaire. Il n'y a, par conséquent, pas de mots-clés relatifs à ces sujets, et certaines références ne comportent pas de mots-clés associés.

5 sens = y compris découverte du goût / **Activité physique** = y compris promotion du sport / **Aide alimentaire** = y compris éducation nutritionnelle auprès des publics en précarité-insertion / **Alimentation durable** = y compris lutte contre le gaspillage alimentaire / **Fruits et légumes** = promotion / **Habitudes alimentaires** = y compris dimensions culturelles de l'alimentation, marketing alimentaire

5 sens.....12, 13, 16, 24, 25, 30, 32, 33, 41, 43, 44, 45, 48, 49, 50, 60, 62, 63, 66, 67

Activité physique.....4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 33, 34, 35, 36, 38, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 53, 54, 55, 56, 58, 59, 61, 67, 72

Aide alimentaire 7, 13, 16, 31, 32, 33, 34, 36, 43, 69, 70, 71, 74, 75

Alimentation durable..... 5, 7, 8, 9, 11, 14, 15, 16, 18, 19, 22, 23, 41, 42, 44, 45, 46, 47, 56, 57, 58, 59, 61, 63, 64, 68, 69, 70, 74

Fruits et légumes.....6, 11, 12, 13, 16, 19, 20, 21, 22, 26, 27, 30, 37, 39, 41, 43, 47, 48, 50, 52, 55, 60, 62, 63, 64, 66, 67, 68, 70, 72, 73

Habitudes alimentaires.....4, 7, 9, 10, 22, 25, 26, 27, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 44, 45, 47, 49, 50, 56, 58, 59, 60, 65, 69, 71, 72, 75

3. Recherche par antenne

Charente (16).....5, 6, 7, 9, 11, 12, 13, 14, 16, 18, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 29, 30, 31, 32, 34, 36, 37, 38, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 49, 51, 52, 53, 54, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 75

Charente-Maritime (17).....4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 19, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 47, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 65, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75

Corrèze (19).....8, 10, 11, 13, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 34, 35, 37, 38, 40, 42, 43, 45, 46, 48, 51, 52, 53, 54, 56, 59, 60, 61, 63, 65, 66, 67, 73

Creuse (23).....6, 7, 8, 10, 12, 15, 18, 20, 21, 22, 26, 27, 28, 31, 34, 37, 38, 40, 42, 45, 46, 47, 52, 53, 56, 59, 60, 73, 74

Dordogne (24).....4, 5, 7, 8, 11, 12, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 26, 27, 29, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 42, 43, 44, 45, 47, 48, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 58, 63, 65, 69, 71, 74

Gironde (33).....4, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 40, 41, 42, 43, 45, 46, 47, 48, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 58, 59, 60, 62, 63, 64, 65, 66, 69, 72, 73

Landes (40).....4, 5, 6, 7, 12, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 45, 47, 48, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 62, 64, 66, 67, 68, 73

Lot-et-Garonne (47).....4, 5, 6, 7, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 40, 42, 43, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 72, 73, 74

Pyrénées-Atlantiques (64).....4, 6, 8, 15, 17, 19, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 34, 35, 37, 38, 40, 41, 42, 43, 45, 47, 48, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 58, 59, 63, 72, 73, 74

Deux-Sèvres (79).....4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 49, 52, 53, 54, 55, 58, 59, 60, 61, 62, 67, 68, 70, 71, 72, 73, 74

Vienne (86).....4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 19, 22, 24, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 40, 41, 42, 43, 45, 46, 47, 48, 49, 51, 52, 53, 54, 58, 59, 69, 70, 71

Haute-Vienne (87).....8, 10, 12, 13, 16, 17, 18, 19, 20, 22, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33, 34, 35, 36, 38, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 52, 53, 54, 56, 58, 59, 62, 63, 68, 69, 71, 73

BIB BOP

Bib, base bibliographique
Bop, base des outils pédagogiques

25 000 références
EN PROMOTION ET ÉDUCATION
POUR LA SANTÉ

Connectez-vous sur
www.bib-bop.org

www.bib-bop.org
CONNECTEZ-VOUS SUR

Catalogue d'outils pédagogiques : alimentation – activité physique

Edition octobre 2021.

L'amélioration de l'état nutritionnel de la population constitue un enjeu majeur pour les politiques de santé publique menées en France, en Europe et dans le monde. Le mot « nutrition » doit être compris comme englobant les questions relatives à l'alimentation (nutriments, aliments, déterminants sociaux, culturels, économiques, sensoriels et cognitifs des comportements alimentaires) et à l'activité physique.

Le Programme National Nutrition Santé (PNNS) prend en compte les dimensions biologique, symbolique et sociale de l'acte alimentaire et de l'activité physique. Les repères nutritionnels du PNNS visent à promouvoir une alimentation et une activité physique favorables à un état nutritionnel et un état de santé optimaux.

Ce catalogue a été conçu pour les professionnels et les bénévoles des secteurs de la santé, du social et de l'éducation, qui souhaitent mettre en place des actions d'éducation et de promotion de la santé auprès de leurs différents publics.

L'objectif est de faciliter le repérage des outils pédagogiques disponibles en prêt dans les centres de ressources des antennes de l'Ireps Nouvelle-Aquitaine.



Retrouvez l'offre documentaire de nos Centres
de Ressources sur le site internet de l'Ireps NA.
www.IrepsNouvelleAquitaine.org