

Assiettes 2021 et 2050

Assiette actuelle –
c. photo : Z. Uteza



Assiette 2050 – c.
photo : Z. Uteza



Simulation par les 1ères STAV du lycée agricole de Mirecourt du contenu du panier hebdomadaire actuel (2021) et du panier hebdomadaire 2050 pour une famille de 4 personnes.

25 mars 2021

Visite de la ferme expérimentale de l'INRAE - ASTER



22 mars 2021



Les élèves découvrent différentes cultures expérimentées à l'INRAE : pois chiche, lentilles, pois cassé, cameline, quinoa, etc – c. photo : J. Duclaux

Les élèves de 1ères STAV ont pu découvrir la ferme expérimentale de l'INRAE, au travers de différentes approches :

- Présentation des cultures annuelles à destination de l'alimentation humaine ;
- Avantages et précautions à prendre pour ses cultures à destinations de l'Homme ;
- Questions autour de l'évolution de nos pratiques alimentaires.



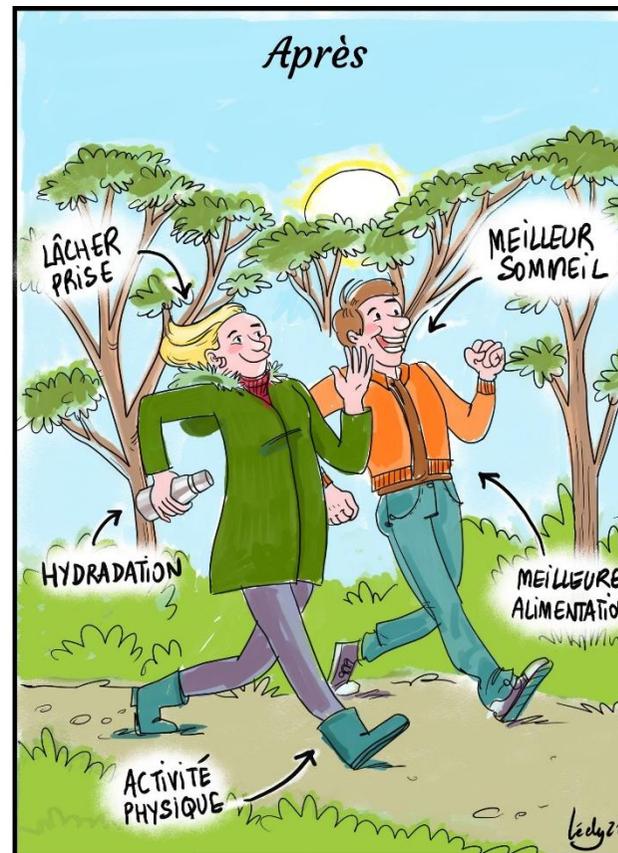
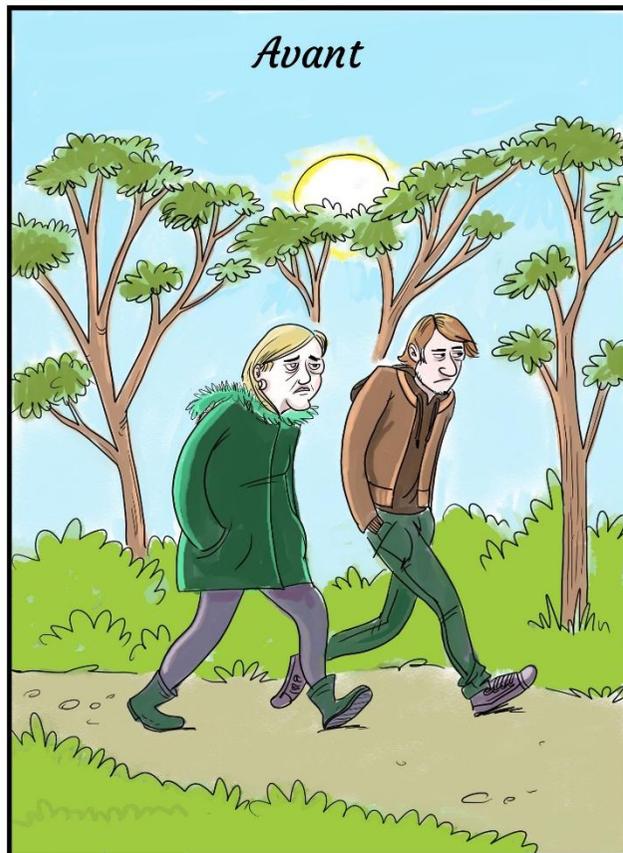
Méteil lentille noire – cameline – c. photo : J. Duclaux



Séparateur toboggan – c. photo : J. Duclaux

2020/2021

Deux étudiants naturopathes de la ferme de Braquemont ont travaillé avec les élèves du lycée agricole sur l'alimentation, et ont ensuite proposés quelques ajustements et bonnes pratiques aux élèves, afin de trouver un meilleur équilibre alimentaire. Voici quelques recommandations :



- **Le petit-déjeuner** : des apports adaptés à nos besoins
- **Déjeuner comme un prince**, en privilégiant les légumes aux viandes
- **Une collation plus saine**, moins sucrée, riche en fibres
- **Dîner comme un pauvre** et calmer le transit
- **Une bonne hydratation**
- **Bien mastiquer**
- **Stopper le grignotage**
- **Manger dans le calme**, sans distractions
- **Consommer de bonnes graisses**
- Privilégier une consommation de laitages au **lait cru**

Julie et Martin avaient décidé de s'intéresser à leur mieux-être. Ils profitaient désormais de leur vitalité retrouvée.

Introduire des produits locaux en accueil de loisir, c'est possible !



**Repas du midi dans une des 4 accueils de loisirs
autour de Mirecourt, c. photo : C. Florentin**

Expérimentation sur l'introduction de produits locaux en accueils de loisirs (2019).

Plusieurs actions menées :

- Recueil de l'avis** de différents publics sur l'introduction de produits locaux en cantines ;
- Etude du comportement** des enfants en fonction de **3 types de cuisines** expérimentées ;
- Impact budgétaire** d'une cuisine à base de produits locaux.



**Atelier cuisine pour enfants, c. photo : C.
Florentin**

Visite de la ferme expérimentale de l'INRA ASTER - journées nationales de l'Agriculture

18 juin 2021



Portes ouvertes de la ferme expérimentale de l'INRAE.

Public : élèves du primaire, secondaire, et citoyens.

Présentation de la ferme, de son mode de fonctionnement, ses différents ateliers d'élevage : ovin, bovin, porc, ses prairies, et ses cultures annuelles à destination de l'alimentation humaine.

Amandine Durpoix et Fabrice Laurent accueillant des scolaires sur la ferme expérimentale de l'INRAE ASTER de Mirecourt, source : Vosges Matin La Plaine

CONFÉRENCE sur les circuits courts

« une richesse pour nos territoires »

Thèmes abordés : produits locaux en restauration collective, santé et alimentation, autosuffisance alimentaire des territoires

Espace Flambeau
MIRECOURT

Entrée gratuite

Vendredi
8 février 2019
de 9h00 à 12h30



Yves Le Roux : Professeur des universités à l'ENSAIA à Nancy

Gilles Caretti : Directeur de l'institut du Beau-Joly à Mirecourt - *Naturopathe*

Didier Thévenet : Directeur de la cuisine centrale de Lons-le-Saunier (Jura) *Spécialiste de la restauration collective*

Table ronde : Producteurs locaux, représentants collectivités territoriales, professionnels de restauration, intervenants, représentants organismes agricoles

À l'issue de la conférence un apéritif dinatoire sera offert à tous les participants

Conférence organisée par la Communauté de Communes Mirecourt Dompaire et animée par Dominique Maillard (Vice Président en charge du Projet Alimentaire Territorial)





Troc vert, avec les plants fournis par Biozic ;

Construction de carrés de potagers à l'école Simone Veil.



Jardin partagé de La Vie Ensemble

La Vie Ensemble



Parcelles familiales près du local de l'association La Vie Ensemble, situé à Mirecourt, rue Pasteur, c.
photo : Jean Duclaux

Sur le plan social, différentes activités sont proposées par l'association : repas collectif, après-midi musicaux, communication sur le travail de l'association et sur la situation des bénéficiaires.

L'association La Vie Ensemble travaille avec les populations exilées et les habitants du quartier sur plusieurs thématiques : lutte contre la tendance à la ghettoïsation ; l'accès à des jardins nourriciers ; sensibilisation sur le mieux manger. Dans cet esprit, elle a contribué à la mise en place il y a de ça quelques années de parcelles familiales et d'un jardin partagé sur une parcelle communale, rue Pasteur à Mirecourt. La production du jardin est autoconsommée par les personnes exilées et les familles modestes, ce qui leur permet de faire des économies, tout en ayant des aliments sains et de qualité.



Jardin partagé, jouxtant les parcelles familiales, permet l'expérimentation de nouvelle technique de jardinage, source : <https://visionscarto.net/mirecourt>

