

LES ATELIERS GOURMANDS

Ligue contre le cancer

Mardi 20 juin 2023

Objectifs



- Favoriser la prévention des cancers par l'alimentation
 - *Apporter des connaissances et des savoir-faire à des publics fragilisés ou en situation de précarité sur l'équilibre alimentaire*
 - *Favoriser un lien social par le partage d'informations et de recettes équilibrées*
 - *Renforcer les compétences et les capacités à intervenir sur l'équilibre alimentaire des référents et/ou bénévoles des structures sociales*

4 séances - 2h



Echanges et recette

Publics et structures

- Le public :
 - *Adultes et jeunes*
 - *Bénéficiaires de structures sociales, bénéficiaires d'épicerie solidaire ou de distribution alimentaire, usagers en situation de handicap, usagers de centre d'hébergement et réinsertion sociale, adultes en réinsertion professionnelle, détenus...*
- Les structures : centres sociaux, épiceries solidaires, associations de distribution alimentaire, centres de détention et maisons d'arrêt, autres structures accueillant les publics ciblés



Acheter **tout** prix Fiche Transparent

Qu'achetez-vous pour 1 jour ?

Famille de 5 personnes

<p>2 kg de pommes de terre</p> <p>2 pains longs</p> <p>1 kg de pâtes</p> <p>compote de pommes</p> <p>1 kg de concentré de tomate</p> <p>huile vinaigre moutarde</p> <p>sel, épices...</p> <p>Placard</p>	<p>2 l de lait</p> <p>beurre</p> <p>5 yaourts</p> <p>gruyère</p> <p>Réfrigérateur</p>
--	---

La courbe des repères

À limiter

Brochettes de fruits

POUR 6 PERSONNES

Ingredients

- 3 bananes
- 6 clémentines
- 1 pomme
- 1 boîte d'ananas
- 3-4 kiwis
- 1 citron

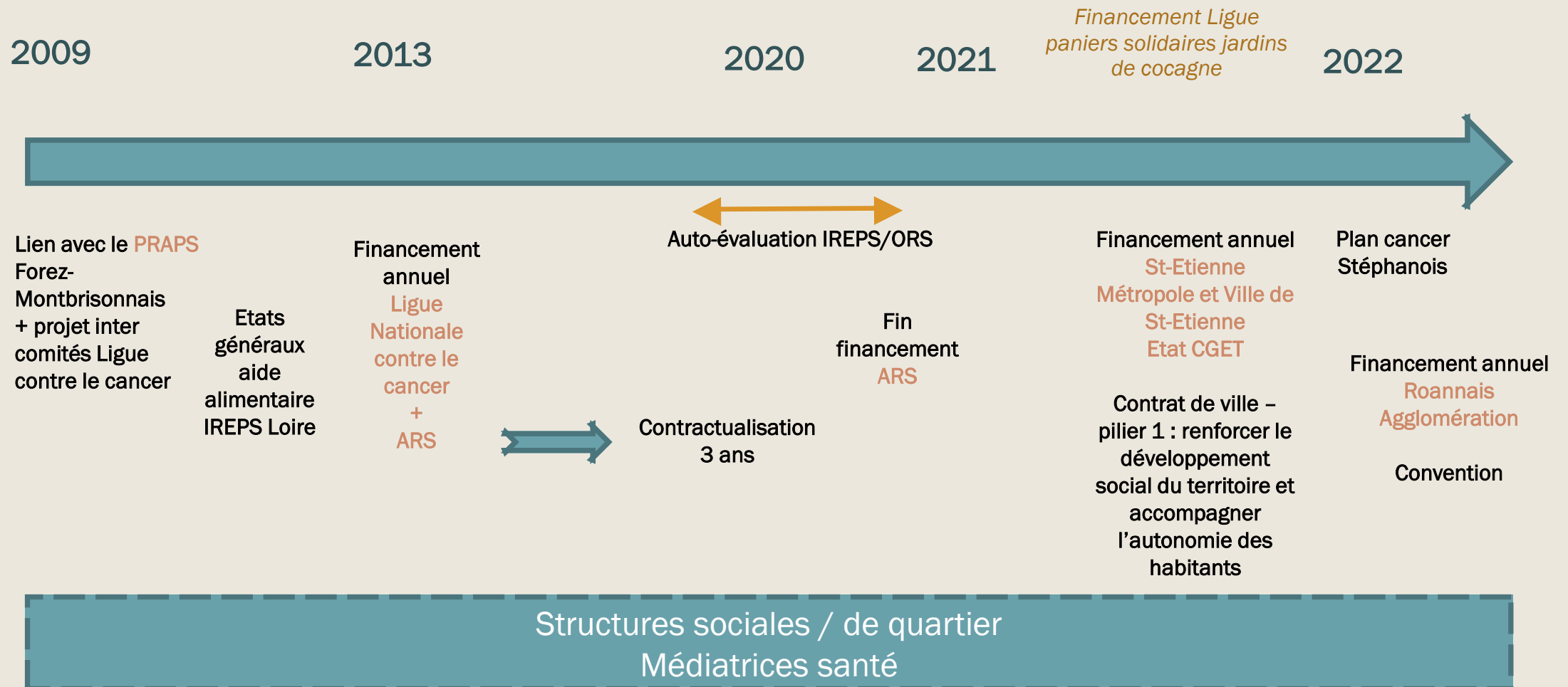
Préparation

- Laver les fruits
- Couper les fruits en carrés
- Presser le citron et arroser les fruits
- Piquer les fruits sur une brochette en alternant

Cette recette peut-être faite avec d'autres fruits de saison



Contexte d'intervention



Concrètement ..



- Un référent au niveau du territoire et de la collectivité
- Rencontre avec le référent en amont du dépôt de l'appel à projets : faisabilité, besoin, etc
- Référent = une aide au fil du projet et dans la phase de démarchage
- Un dossier à rédiger, un calendrier à respecter / une évaluation (méthodologie de projet)

Plus globalement ...

- Formation des comités départementaux Ligue contre le cancer ARA pour développer le projet sur d'autres départements (coordination régionale)
- Développe le partenariat (ex, CPAM et bilan de santé)
- PAT (loi d'avenir pour l'agriculture / programme national pour l'alimentation)