

## ALIMENTATION

Tous niveaux de lecture

Documents disponibles au centre de documentation – sélection

Avril 2011

Plan :

- **Ouvrages généraux**
  - Documentaires pour adultes
  - Documentaires ou albums pour les enfants
  - Education à l'environnement et alimentation
  - Documents pédagogiques
- **Documents sur les produits alimentaires (fruits, légumes, poisson, viande...)**
  - Saisonnalité des produits
  - Vidéos
  - Albums illustrés pour les enfants
- **Les défis alimentaires au Nord et au Sud**
- **L'alimentation et la santé humaine**
- **L'alimentation de demain et les alternatives possibles**
  - Généralités
  - Le commerce équitable
  - Les différents types d'agriculture
  - L'alimentation en collectivité

### OUVRAGES GENERAUX

AVRIL, Guy.

**22 épices pour préserver la santé.** Terre Vivante, 2010. 190 p. ISBN 978-2-360-98002-4

Résumé : "Le docteur Guy Avril nous apprend à utiliser 22 épices, ail, curcuma, fenouil, poivre, gingembre..., pour le plus grand bien de notre santé. Pour chacune, il indique les propriétés, les indications et contre-indications, les précautions d'emploi. Il nous enseigne, à travers 140 recettes à utiliser au quotidien, comment les ajouter à notre alimentation, ainsi qu'à de nombreuses préparations médicinales, pour traiter les affections courantes (fièvre, aphte, diarrhée banale, rhume...), d'une façon très naturelle et économique."

**Alimentation, nutrition, santé.** Les dossiers d'Agropolis International: Compétences de la communauté scientifique – n°2 – septembre 2005 - ISSN 1628-4240

(voir aussi : **Sociétés et développement durable : apports des sciences sociales.** Les dossiers d'Agropolis International n°7 – décembre 2008 et **Le sol, épiderme vivant de la Terre** . Les dossiers d'Agropolis International N°8 – juin 2009)

CARDINALE, Bruno /VAN SEVENANT, René

**Analyse des phénomènes et transformations culinaires : Technologie appliquée.** Ed Lanore Jacques, 2010. ISBN 978-2-86268-431-4.

**Atlas de l'alimentation dans le monde.** Editions Autrement/ Comité 21 (Atlas/Monde)

HAMPIKIAN, Sylvie

**Cueillette sauvages sans risques : baies, plantes, champignons.** Terre Vivante, 2010. 159 p. (Collection Conseil d'experts). ISBN 978-2-914717-90-8

Résumé : "Ce livre permettra aux promeneurs de profiter en toute saison du meilleur de la nature. Cueillir baies ou fruits des bois, champignons, aromatiques sauvages... est un plaisir largement partagé. Cependant, nos connaissances botaniques pour les identifier de façon certaine font parfois défaut. Sylvie Hampikian décrit en termes simples les espèces vénéneuses à bannir, celles qui, indigestes ou légèrement toxiques, sont à éviter, et les plus savoureuses à privilégier. Vous préférerez ainsi sans hésiter les fruits de l'arboise à ceux de l'arum pied-de-veau, les feuilles de l'ail des ours à celles de l'aconit napel, ou encore le cèpe de Bordeaux à l'amanite vireuse... L'auteure insiste particulièrement sur les ressemblances entre plantes comestibles et toxiques et indique les précautions à prendre pour éviter tout problème sanitaire. Elle répond ainsi aux questions entendues mille fois en balade : " peut-on cueillir ces baies proches du sol ? ", " faut-il faire cuire les myrtilles ? ", " les algues du littoral sont-elles comestibles ? "...

BARAY, Jérôme

**Encyclopédie des produits bio et des recettes naturelles à réaliser soi-même.** Grancher , 2001. 468 p. ISBN 978-2-7339-0716-0

Résumé : "Cette encyclopédie se divise en quatre parties : santé, alimentation, hygiène et beauté, produits ménagers. Vous pourrez réaliser vous-même des désinfectants naturels, des pommades, des sirops, des vinaigres, des poudres à laver, des huiles et lotions..."

**La malbouffe.** PEMF, 2003. 63 p. (30 mots clés pour comprendre...) ISBN 2-84526-169-1

**La nutrition.** C'est pas sorcier n°33. CNDP, 1995. Vidéo

RAVARY, Yveline : LAUNAY, Céline

**Les aliments : qualité, sécurité, protection du consommateur;** Editions LT Jacques Lanore, 2003; 71 p. ISBN 2-206-03249-X

AUBERT, Claude / Aubert, Emmanuelle

**Manger sain pour 3 fois rien : avec 150 recettes bio.** Terre Vivante, 2009. 157 p. ISBN 978-2-914717-69-4

Résumé : "Manger sain pour trois fois rien, c'est possible en faisant preuve de bon sens et d'imagination. Ce livre présente 60 ingrédients pour préparer des plats savoureux, bons pour la santé, de saison et peu coûteux, même en bio ! C'est aussi l'occasion de (re)découvrir 150 recettes - souvent inspirées de traditions culinaires du monde entier - avec des plats complets à moins de 1 € par personne, comme la pissaladière, les harengs à la crème fraîche ou les pizzoccheris italiens. Ou encore des soupes et des entrées à moins de 0,60 €, comme la soupe de pois chiches tunisienne, le potage au concombre, la salade de chou aux pommes ou la salade de riz aux noix. De quoi composer des menus bio et équilibrés pour moins de 3€."

RAVARY, Y..

**Nutrition alimentation en secteur sanitaire et social** – Ed. Lanore Jacques, 2002. 235 p. (Sciences et techniques biologiques). ISBN 2-206-03137-X

LAPIE, Pascale / MAILLET-VERITE, Virginie

**Sciences appliquées : alimentation, hygiène.** Editions LT Jacques Lanore, 2002. 95 p. ISBN 2-206-03215-5

MAILLET-VERITE, Virginie /LAUNAY, Céline

**Sciences de l'alimentation : CAP agent polyvalent de restauration, CAP assistant technique en milieu familial et collectif.** Lanore Jacques, 2006. 143 p. ISBN 978-2-86268-334-8

REVEL, Jean-François

**Un festin en paroles.** Plon, 1995. 311p. ISBN 2-259-18142-2

Résumé : Histoire de la sensibilité gastronomique de l'Antiquité à nos jours à travers la littérature.

Sustainable table

**The Meatrix** . Sustainable table, [s.d.]. Site : <http://www.themeatrix.com/intl/france/>.

Résumé : Site présentant les films d'animation "The Meatrix" qui parodient le film Matrix dans un objectif d'éducation à la durabilité en particulier en matière de production agricole et de consommation alimentaire. Ces films ne sont pas que dénonciateurs de la production de viande et des produits animaliers industriels (élevage des porcs et des vaches...) mais incitent à l'action et à une consommation responsable.

#### Documentaires ou albums pour les enfants

---

RAOULT-WACK, Anne-Lucie

**"Dis-moi ce que tu manges..."**. Gallimard, 2001. 127 p. (Découvertes Gallimard (Art de vivre) ; 406) ISBN 2-07-076124-X

GOMBERT, Jean-René et LUTHRINGER Méliande (ill.)

**Je suis bien dans mon assiette : car je respecte mon estomac et ma planète** Paris : L'élan vert, 2007. 21 p. (Les pieds sur Terre)

Résumé : A travers de questions et d'exemples concrets, ce documentaire ludique invite à adopter des gestes au quotidien pour se nourrir sans polluer ou être malade. A chaque question correspond 2 doubles pages, l'une sans texte mettant en scène des exemples de la vie quotidienne que le jeune lecteur doit observer et décrypter, la deuxième apportant des explications brèves et claires. L'ouvrage se termine par les petits gestes et astuces. En quoi l'alimentation est polluante (pesticides, emballages, élevage en batterie, consommation de viande...), ce qu'est une alimentation non polluante ( agriculture biologique, commerce équitable...), l'agriculture et les défis alimentaires.

BENLAKHEL, Nadia et BONTE, Thérèse (ill.)

**L'alimentation.** Toulouse. Milan, 2005. 31 p. (Agir pour ma planète). ISBN 2-7459-1921-0

Résumé : A partir d'un extrait de la charte de l'environnement, les enfants découvrent, comprennent et sont invités à agir (mieux faire ses courses). Informations, propositions d'activités et conseils sur tout ce qui se rapporte à l'alimentation en lien avec l'environnement : agriculture (élevage en batterie, modification des paysages, pollutions, biodiversité, agriculture biologique), conservation des aliments, produits transformés, emballages, tri des déchets, OGM, additifs, labels.

CHABIN, Laurent

**La machine à manger des brocolis.** Les Editions du Boréal, 2000. 94 p. (Boréal Junior ; 66) ISBN 2-7646-0030-5

Résumé : Quand on déteste manger des brocolis (voire les légumes en général), comment arriver à les "consommer" sans vraiment les manger ? Deux enfants trouvent la solution : une machine qui les mangera à leur place. Les enfants réfléchissent à cette machine qui doit fonctionner comme un être humain : besoin d'une bouche, d'un estomac,...Les parents font comprendre que cette machine est la métaphore de la digestion et que les légumes sont indispensables pour une bonne santé.

LE ROCHAIS, Marie-Ange / BERTRAND, Pierre

**Manger, quelle histoire !** L'Ecole des Loisirs, 2003. 45 p. (Archimède) ISBN 2-211-06899-5

Résumé : Première approche des sujets autour de l'alimentation. Les questions et problématiques sont posées avec quelques éléments de réponse.

**Manger bio - Lua le génie du riz.** Mouans-Sartoux : PEMF, 2005. 48 p. (Côté pile, Côté face) ISBN 2-84526-515-8

Résumé : Livre en 2 parties : un documentaire et un conte. Manger bio (côté face) explique l'alimentation, les déséquilibres alimentaires, les additifs, la lecture d'une étiquette avant de parler de l'agriculture biologique. Lua (côté pile) est un conte vietnamien qui raconte une légende sur l'origine de la culture du riz.

SABATIER-MACCAGNO, Karine /HAMON, Loïc

**Les pieds dans le plat : la face cachée de notre alimentation.** Elka (Paris), 2007. 75 p. ISBN 2-952314-82-9

Résumé : D'où viennent les aliments que nous mangeons ? Qui sont les paysans du monde ? Quel parcours suit une matière première du champ aux rayons des magasins ? La faim dans le monde est-elle une fatalité ? Ce que nous mangeons a-t-il un impact humain et écologique à l'autre bout de la planète ? De Camembert à Ouagadougou, Timéo le citoyen du monde en herbe, part à la rencontre de ceux qui nourrissent les hommes depuis la nuit des temps, les paysans. De cette immersion dans le quotidien d'éleveurs et de ses rencontres inoubliables avec des convaincus décidés à en finir avec la faim dans le monde, Timéo découvre les dessous de notre alimentation. Une aventure décapante, prise sur le vif, qui invite à s'interroger sur notre façon de produire et de consommer et qui révèle la capacité de chacun à changer la face du monde...En regardant simplement plus loin que le bout de sa fourchette et en passant à l'action.

CHABROL, Véronique/DEISS, Véronique

**Qu'est-ce qu'on mange ?** Casterman, 1996. 53 p. ISBN 2-203-12033-99

BENLAKHEL, Nadia

**Sais-tu vraiment ce que tu manges ?** Milan, 32 p. (Les essentiels Milan junior ; 4) ISBN 2-7459-0090-0

KAYOKO, Ikeda / Magazine House / MASUMI, Yamauchi (Illustrateur) et SHOICHI, Ono (Photographe)

**Si le monde était un village de 100 personnes 2 : l'alimentation.** Arles : Editions Philippe Picquier, 2006. 101 p. ISBN 2-87730-828.

Résumé : Si on réduisait le monde à un village de 100 personnes, comment se répartirait la nourriture dans ce village ? Réduire le monde de 6,5 milliards d'habitants à un village de 100 personnes permet de mieux appréhender les réalités et défis liés à l'alimentation. De très courts textes qui informent : constats, contrastes, disparités, solutions possibles. En fin d'ouvrage, Ramaya, petite népalaise, nous raconte la situation de son pays.

GIRARDET, Sylvie / ROSADO, Puig

**Trop bon ! : bien se nourrir pour bien grandir;** Hatier, 2006. - 63 p; Citoyens en herbe); ISBN 978-2-218-75270-4

Résumé : A travers cinq petites fables, les enfants apprennent la composition des aliments pour mieux se nourrir. Outil pédagogique accompagné de fiches pour expliquer les thèmes (vitamines, protéines, glucides, les méthodes de conservation, les apports journaliers) abordés dans les fables.

CORENTIN, Philippe

**Zigomar n'aime pas les légumes.** L'Ecole des Loisirs, 1992. 26 p. ISBN 2-211-04841-2

Résumé : Zigomar le merle et Pipioli la souris se mettent à rêver d'un royaume où les légumes punissent tous ceux qui mangent des plantes et qui les cueillent, les récoltent, les épluchent, les pressent... Ils se défendent en disant que les plantes ne font pas partie de leur régime alimentaire...A leur réveil, la maman a préparé un bon goûter avec des fruits. Seule une maman sait rassurer ses petits, et manger ce qu'elle donne est ce qu'il y a de meilleur.

## Education à l'environnement et alimentation

GRAINE Midi-Pyrénées

**Agriculture environnement...la part de l'éducation.** GRAINE Midi-Pyrénées, 2001. 175 p. + 1 vidéo de 32 min.

Résumé : Actes des 17èmes Rencontres nationales des acteurs de l'éducation à l'environnement (août 2000) sur le thème de l'alimentation.

Résumé vidéo : Pour une introduction aux problématiques et enjeux de l'agriculture et de l'alimentation. Film suivant des participants des Rencontres Nationales Ecole et Nature-2000 qui ont vécu la pédagogie de projet. Focus sur la phase d'immersion d'un groupe (visites sur le terrain pour découvrir le parcours d'un roquefort de l'élevage de brebis à la cave) et sur la phase de recherche-action. Exemples de restitutions et commentaires sur les enjeux et les découvertes lors des rencontres.

**De l'étable à la table : alimentation et environnement.** Uminate, 05/1999. 186 p.

JOURDAN, Didier

**Éducation à la santé : quelle formation pour les enseignants ?** INPES éd. , 2010. 162 p. (La Santé en action). ISBN 978-2-916192-14-7

Bergerie Nationale / ARENE Ile-de-France

**Eduquer à l'alimentation : guide pour les acteurs de l'éducation à l'environnement.** Bergerie Nationale de Rambouillet, 2008. 80 p. (Les Cahiers Techniques de la Bergerie nationale; 3). ISBN 978-2-911692-29-1.

Résumé : Guide technique pour accompagner les fermes pédagogiques et les autres acteurs de l'éducation à l'environnement à mettre en place des actions éducatives pertinentes et imaginatives sur le thème de l'alimentation à partir des fruits et légumes produits sur place. Présentation des différents thèmes et enjeux liés, pistes d'activités : la consommation des fruits et légumes de saison, les signes officiels de qualité, les types de production agricoles, les pesticides, les ressources et outils pédagogiques, comment évaluer une animation, la réglementation en matière de santé, l'hygiène et la sécurité, etc.

### Reuves :

- L'alimentation. *L'Encre Verte* n°46. Ecole et Nature 09/2004
- Alimentation, Tome 1 : Production, de la terre à l'assiette. *Symbioses* n°87. Réseau Idée, 2010
- Alimentation, Tome 2 : Consommation, de l'assiette à la Terre. *Symbioses* n°88. Réseau Idée, 2010
- La planète dans son assiette. *Symbioses* n° 63. Réseau Idée, 08/2004
- Agriculture et alimentation. *Symbioses* n° 39. Réseau Idée, 06/1998
- Alimentation. *Graines de citoyens* n°05. ARPE Midi-Pyrénées, 12/2000
- De la fourche à la fourchette. *La Luciole du Centre* n°4. GRAINE Centre, 10/2004
- L'alimentation responsable. *Souffle d'ère* N°14 (Octobre 2008). Alterre Bourgogne

## Documents pédagogiques

### Autour des photos de Peter Menzel :

- ✓ MENZEL, Peter et D'ALUISIO, Faith  
***Hungry planet : what the world eats***. Ten Speed Press, 2005. 288 p. ISBN 1580086813  
 Résumé : Photographies de 25 familles qui exposent sur la table de leur cuisine tout ce qu'ils consomment en une semaine, ainsi que des photos de marchés, supermarchés, de champs, de repas.... Ces photos permettent de travailler sur l'alimentation à travers le monde et les différences. Des double-pages permettent de comparer des cuisines, des étals de viande et de poissons, des plats, des fast foods, la cuisine de rue. Pays représentés : Australie, Boutan, Bosnie, Tchad, Chine, Cuba, Equateur, Egypte, France, Allemagne, Grande-Bretagne, Groenland, Guatemala, Inde, Italie, Japon, Koweït, Mali, Mexique, Mongolie, Philippines, Pologne, Turquie, USA.
- ✓ IMHOF, Christine / FRANKHAUSER, Urs / GUJER, Marianne / MENZEL, Peter  
***A table ! Portraits de familles de 15 pays : un dossier pédagogique sur le thème de l'alimentation***. Alliance Sud (Suisse), 2007. 15 photographies en couleur A3+ 1 livret 73 p. ISBN 978-3-952330-32-6.  
 Résumé : Reproductions de photos de familles de 15 pays pour aborder la diversité des modes d'alimentation. Chaque famille a disposé sur sa table de cuisine la quantité de nourriture et de boissons consommées en 1 semaine. Le livret pédagogique propose des pistes d'exploitation, des informations factuelles, et des informations sur les familles.
- ✓ COURBET Pierre / MORLOT Philippe / ROSSIGNON Jean-Paul  
***A table ! 15 pays, 16 familles, leur alimentation. Dossier pédagogique - cycle 3***. Une coédition Alliance Sud (Suisse) et CRDP de Lorraine (France), en collaboration avec la Fondation Éducation et Développement (Suisse), 2010. Kit comprenant :
  - 16 photographies de Peter Menzel (couleur, format 42 x 30 cm)
  - un livret pédagogique (64 pages)
  - 21 séances, autour de 4 thématiques (s'alimenter et savourer, manger ici et ailleurs, la faim, l'alimentation dans l'économie mondiale)
  - une initiation à la lecture de l'image
  - des données pour éclairer le contexte : cartes, tableaux de statistiques...
  - un cédérom : des fiches d'activité pour les élèves + les photographies de Peter Menzel

A venir : le même kit pour le second degré.

SICRE, Laurent

***50 activités pour apprendre le goût à l'école***. CRDP Midi-Pyrénées, 1997. 190 p. (Pédagogie dans le 1er degré) ISBN 2-86565-195-9

Orcades

***Alimentation : l'insécurité alimentaire***. Itinéraires pour une éducation au développement durable n° 1, 11/1999

***Alimentation : la sécurité alimentaire***. Itinéraires pour une éducation au développement durable n°2, 01/2000

Comité français pour la solidarité internationale

***AlimenTerre***. Comité Français pour la Solidarité Internationale (Paris), 2003. 2 dossiers reliés non paginés + 24 pages d'images  
 Résumé : Outils pédagogiques réalisés pour la campagne AlimenTerre pour le droit à une alimentation saine et suffisante partout et pour tous visant à sensibiliser les scolaires et le grand public aux enjeux du droit à l'alimentation. Les 2 dossiers pédagogiques (du Cp au BTS) et les planches d'images ont été conçus pour aider les éducateurs à aborder les questions de sécurité alimentaire auprès des jeunes. Des fiches d'information exposant des faits et analyses, des fiches ateliers exploitables avec les élèves, des fiches de compléments d'informations pour l'animateur pour la mise en place des activités. Les thèmes abordés sont : traçabilité des aliments, commerce équitable, mondialisation des aliments, nutrition et santé, pollution de l'eau, cultures et alimentation, conservation des aliments...

Dossier du CP à la 5ème : [http://www.cfsi.asso.fr/upload/dp\\_cp\\_5eme\\_1\\_1.pdf](http://www.cfsi.asso.fr/upload/dp_cp_5eme_1_1.pdf)

Dossier de la 4ème au BTS : [http://www.cfsi.asso.fr/upload/dp\\_4eme\\_bts\\_1.pdf](http://www.cfsi.asso.fr/upload/dp_4eme_bts_1.pdf)

Iconographie : [http://www.cfsi.asso.fr/upload/icono\\_2.pdf](http://www.cfsi.asso.fr/upload/icono_2.pdf)

***A table tout le monde ! Alimentation, culture et santé : du CE2 à la 5ème***. CRDP Montpellier, 2005. 63 p. ISBN 978-2-86626-228-0

Résumé : Document pédagogique proposant une approche globale et transversale de l'alimentation pour les enfants de CE 2 à la 5ème à travers une soixantaine d'activités collectives ou individuelles : connaissance des aliments, liens entre alimentation et culture, alimentation et société, alimentation et santé

***A table tout le monde ! Alimentation, culture et santé : de la maternelle au CE1***. CRDP Montpellier, 2005. 63 p. ISBN 978-2-86626-227-3

Résumé : Document pédagogique proposant une approche globale et transversale de l'alimentation pour les enfants de maternelle à CE1 à travers une soixantaine d'activités collectives ou individuelles : connaissance des aliments, et éducation aux choix de consommation. En 5 parties : les familles d'aliments, les origines des aliments, leurs transformations, la santé et l'alimentation, le goût.

Fondation Alimentarium

***L'alimentation au fil du gène***. Alimentarium, 2003. 2 Cédéroms+ 1 carte du monde SWISSAID, 1 brochure : "OGM : des clés pour décoder", 1 revue : "Vers un développement solidaire n°175", 1 revue : Le monde : Swissaid n°2". ISBN 978-2-940284-12-2

Résumé : Sous forme de petites séquences animées, présentation de divers aspects du génie génétique qui concernent notre vie quotidienne : comment se fait la sélection de nouvelles variétés de blé (au fil des siècles : paysan, moine, chercheur), ce qui arrive aux gènes que nous mangeons et à ceux qui sont dans le sol, différentes variétés de pommes, aspects éthiques (quels sont les critères qui nous guident dans nos achats ?), la législation et la sécurité alimentaire (Alilex).

Groupe Littoral et vie (Université de Moncton)

**L'alimentation durable : [activités pédagogiques dans le cadre du projet Jeunes bâtisseurs d'un avenir viable.** Université de Moncton (Québec). Site : <http://www0.umoncton.ca/littoral-vie/batisseurs/alimentation.htm>

Résumé : Activités pédagogiques vécues par des enfants de primaire au Québec pour approfondir leurs connaissances sur l'alimentation durable. Pendant toute une année scolaire, ils ont réalisé un processus de résolution de problèmes pour tenter d'améliorer les modes d'alimentation dans la ville. Les 20 activités décrites montrent le cheminement : les élèves ont d'abord réalisé des observations pour découvrir d'où provenaient les aliments qu'ils mangent. Ils ont ensuite fait le lien entre l'alimentation et le changement climatique. Ils ont appris au sujet des différentes méthodes de production alimentaire et de l'utilisation des pesticides. Les élèves ont, par la suite, découvert les bienfaits de l'agriculture biologique.

**L'équilibre alimentaire : savoir raison garder.** TDC n°790. CNDP, 15/02/2000

Centrale des syndicats du Québec / ENvironnement JEUnesse / RECY-QUEBEC; Oxfam-Québec / CLUB 2/3

**La Terre dans votre assiette.** Centrale des syndicats du Québec (Québec), 2002. Dossier : 5 brochures + 3 posters + 15 dossiers imprimés. Résumé : Outils pédagogiques réalisés dans le cadre de la campagne québécoise visant à sensibiliser jeunes et adultes aux enjeux liés à l'alimentation, pour prendre conscience que nos modes d'alimentation et nos choix de consommation ont des conséquences sur la santé, l'environnement et la société. Or, les modes de production actuels briment de plus en plus notre droit fondamental à une alimentation saine, à un environnement sain et à des échanges équitables. Pour renverser ces tendances, il faut manifester une volonté individuelle et sociale de reproduire, d'échanger, de partager et de manger autrement. 16 guides d'activités pédagogiques de la maternelle au collège et une trousse de documentation pédagogique relative aux guides. En ligne sur : <http://terre.csq.qc.net/>

Action Consommation

**Kit pédagogique pour réfléchir sur la consommation : à l'intention des enseignants de lycées.** Paris : Action Consommation, 2005. Classeur non paginé : [120] p. + 1 DVD de 53 min.

Résumé : Recueil de textes, d'un film documentaire et d'activités pluridisciplinaires (jeux de rôles, enquêtes, etc.) pour amener à une réflexion sur les problèmes environnementaux, économiques et sociaux générés par nos schémas de consommation actuels et inviter à une consommation responsable pour réduire son empreinte écologique : déchets, eau minérale, commerce des fruits et légumes, lecture d'étiquettes, pesticides, OGM, parfums, irradiation des aliments. Lycée.

Dans le kit : **A nous de choisir**

Résumé : Support vidéo pour animer des débats et faire réfléchir sur les enjeux de la consommation. A partir d'activités quotidiennes : manger, s'habiller, voyager, gérer son argent, et au travers d'interviews d'acteurs de la consommation engagée, des possibilités d'action sont proposées aux consommateurs, pour contribuer, dans les actes de la vie quotidienne, à construire des liens économiques solidaires, à l'échelle nationale et internationale, et à reconstruire un tissu social. Images de supermarchés....

Agropolis muséum

**Nourrir les hommes.** Agropolis Muséum (Montpellier), 2002. Dossier relié + 10 fiches.

Résumé : Visuels et dossier pédagogique de l'exposition "Nourrir les hommes" visant à présenter l'alimentation dans le monde aux 9-13 ans : "Du soleil plein l'estomac", "Agricultures du monde", "Du champ à l'assiette", "Bien manger, c'est la santé", "A chacun son repas", "Sous-nourris, mal-nourris, sur nourris", "Côté cuisines", "Manières de table", "Vaincre la faim ensemble".

En ligne sur : <http://museum.agropolis.fr/pedago/base/afficheproduit.php3?prod=64>

Exposition virtuelle : <http://museum.agropolis.fr/pages/expos/nourrirleshommes/menu.htm>

Picardie Laïque asbl

**Taladal.be : l'avenir de la planète au bout de ta fourchette.** Picardie Laïque asbl (Mons), 2006. 2 dossiers reliés : 55 et 34 pages.

Résumé : Documents de l'exposition belge Taladal.be visant à sensibiliser les jeunes (dès 10 ans) et les adultes à l'impact des comportements alimentaires sur la production, la conservation, la distribution et la consommation des aliments sur la planète ainsi que sur le développement durable et la santé. Le guide de l'animateur propose 10 animations, simples et efficaces, à réaliser au cours de la visite de l'exposition ou ailleurs. Le dossier pédagogique détaille les quatre axes production-distribution-conservation-consommation, fait un petit retour sur l'histoire de l'alimentation, puis propose des animations à réaliser dans l'exposition ou en classe. L'occasion de susciter une réflexion qui démarre dans l'assiette de chacun et peut agir sur la Terre entière. Péle-mêle : agriculture, mondialisation (exemple de la pizza), où faire ses courses, le marketing, la publicité, la pyramide alimentaire, obésité, pratiques alimentaire et identité... En ligne sur : [www.taladal.be](http://www.taladal.be)

## DOCUMENTS SUR DES PRODUITS ALIMENTAIRES (FRUITS, LÉGUMES, POISSON, VIANDE...)

**Aliments du monde.** Agropolis Muséum (Montpellier), 2001. 9 dossiers reliés.

Résumé : Dossiers pédagogiques accompagnant l'exposition "Aliments du monde" visant à présenter des aliments de leur production à leur consommation : des cartes de production, des scènes de vie, des chiffres et des procédés de transformation de certains aliments et parfois un peu d'histoire sur les céréales, les légumineuses, les viandes, le lait, les racines et tubercules, les matières grasses, les fruits, les légumes, et les produits de terroir. Dossiers en ligne sur : <http://museum.agropolis.fr/pedago/base/pdf/aliments/fichealiments.htm>  
Exposition virtuelle : <http://museum.agropolis.fr/pages/expos/aliments/index.htm>

**La banane à tout prix !** Peuples solidaires, 79 p.

**Le lait.** TDC n°733. CNDP, 01/04/1997.

Résumé : Ensemble de documents iconographiques, de textes informatifs et de pistes pédagogiques pour mieux connaître le lait : le produit lui-même, la vache (de l'herbe au lait), d'autres animaux laitiers, procédés physiques et biologiques de la transformation du lait, hygiène des fermes, fabrication du fromage, importance du lait dans le monde, les produits laitiers, les avancées de la recherche appliquée.

**Le maïs, aliment et matière première.** BTJ n° 1104. PEMF, 01/1999

Résumé : Reportage documentaire sur la culture du maïs, ses utilisations et les enjeux économiques qui y sont liés. Le maïs vu comme le sujet de nombreuses controverses : agriculture intensive, OGM, problèmes écologiques (irrigation, pesticides). Evolution d'une exploitation agricole 1975-1998 ; vie du maïs ; quantités produites en Europe ; utilisations (cartes, chiffres) ; composition du maïs : usages de l'amidon ; usages alimentaires et non alimentaires.

**Le riz qui nourrit le monde.** CIRAD, 2002. 15 p.

MWANKUMI, Dominique.

**Les fruits du soleil.** L'Ecole des Loisirs, 2004. 37 p. (Archimède) ISBN 2-211-06631-3

Résumé : Présentation de quelques fruits exotiques et de leurs origines (arbre ou plante, pays) : la mangue, la mandarine, la papaye, la banane, le fruit de la passion, l'ananas, la noix de coco, l'avocat.

Orcades

**Les produits agricoles du Sud : du producteur au consommateur.** Orcades / CRDP Poitou-Charentes, 1994. 39 p. ISBN 2-86632-408-X

JEANGUYOT, Michelle et SEGUIER-GUIS, Martine

**L'herbier voyageur : histoire des fruits, légumes et épices du monde.** Toulouse. Editions Plume de carotte, 2004. 163 p.

Résumé : Reproduction d'un herbier de 70 plantes alimentaires dont on découvre le voyage pour arriver jusqu'à nos jardins et nos assiettes. Chaque plante est décrite : un peu de botanique, noms, noms populaires, étymologie, anecdotes, histoire et histoires... Les 70 planches botaniques sont en taille réelle.

MCE Rennes

**Poisson sauvage, poisson d'élevage : qu'en savons-nous ?** MCE Rennes, 2001. 22 p.

Résumé : Informations sur les poissons que nous consommons et sur le marché du poisson en France. S'y retrouver dans les dénominations des poissons (merlu, rouget, daurade, colin, nouveaux poissons), la réglementation, les labels. Les différences entre les poissons issus de la pêche en mer, ceux issus de l'aquaculture. Problèmes environnementaux liés. Choix et conservation du poisson.

## Saisonnalité des produits

---

**La fleur de saison :** [calendrier des fruits et légumes de saison]. Mûr-mûre, [s.d.]. 1 boîte. <http://www.mur-mure.com/>

Résumé : "Grâce à la fleur de saison Mûr-mûre, tu peux apprendre à reconnaître les variétés de fruits et légumes locaux, mais aussi savoir quand les acheter et les manger... Car manger des fruits et légumes locaux de saison, c'est bon pour ta santé et l'environnement ! Amuse-toi à créer ton calendrier de fruits et légumes de saison : avec ton pack « fleur de saison », l'aide d'un adulte, des ciseaux et le site web Mûr-mûre, te voilà prêt ! Tu pourras ensuite emmener avec toi ton calendrier au marché et choisir les bons fruits et légumes. Prends soin de l'environnement et de ta santé en t'amusant grâce à la Fleur de saison Mûr-mûre !"

**Le développement durable.** Dossier thématique de TDC n°857 (01/06/2003). 54 p.

Résumé : Ensemble de documents iconographiques, de textes informatifs et de pistes pédagogiques sur le développement durable et la nécessité de le mettre en pratique. Retour sur le Sommet de Johannesburg, sur les marées noires, le commerce équitable et l'alimentation (poster des fruits de saison et des fruits contre-saison), la ville durable, ou l'accès à l'eau.

SIESS, Jan et DUBOIS, Jean-Louis

**Le verger enchanteur.** Besançon : CRDP Franche-Comté, 2003. Dossier de 31 fiches ISBN 2-84093-143-5

Résumé : Fiches d'activités sur le thème des vergers et des fruits pour les cycles 1,2 et 3. Fiches animateur par cycle (liens avec programmes scolaires, objectifs, déroulement de l'activité, matériel, durée, évaluation, prolongements...), fiches élèves par cycle, fiches ressources et fiches techniques (chansons, poésies, histoires, chiffres, recettes, taille...). Pêle-mêle : les arbres fruitiers, les saisons, les cycles, fruit ou légume, les animaux et les fruits, le patrimoine,...

## Vidéos

---

**Les filières de la viande.** C'est pas sorcier n°33. CNDP, 1995.

Du jardin à la table (1). CNDP/ La Cinquième, 1999. **La fraise**

Résumé : Emission de 11 min. Le cycle de vie d'un fraisier (images de la croissance) et comment la fleur devient un fruit (germination, gourmands, ramification, pistils, étamines, pollinisation...). Transformation artisanale de l'aliment (jus de fraise par un grand chef) et industrielle (confiture de fraise). Conservation de l'aliment (sucre, pasteurisation), recherches sur de nouveaux mélanges. Livret pédagogique.

Du jardin à la table (1). CNDP/ La Cinquième, 1999. **Le pissenlit**

Résumé : Emission de 11 min. Le cycle de vie d'un pied de pissenlit et des salades en général (images de la croissance) (capitules, pollinisation, fruit, graine, plantule, dispersion par le vent...). Transformation artisanale de l'aliment (le méli-mélo de salades par un grand chef) et industrielle (les salades en sachet). Livret pédagogique.

Du jardin à la table (1). CNDP/ La Cinquième, 1999. **La tomate**

Résumé : Emission de 11 min. Le cycle de vie d'un pied de tomate (images de la croissance) et comment la fleur devient un fruit (germination, maturation, fécondation...). Transformation artisanale de l'aliment (le fondu de tomate par un grand chef) et industrielle (le ketchup chez Amora). Livret pédagogique.

Du jardin à la table (2). CNDP/ La Cinquième, 1999. **La pomme de terre**

Résumé : Emission de 11 min. Le cycle de vie d'un plant de pomme de terre (images de la croissance) (tubercule, rare pollinisation...). Transformation artisanale de l'aliment (purée de pomme de terre par un grand chef) et industrielle (les Chips chez Vico et la purée en flocons). Livret pédagogique.

Du jardin à la table (2). CNDP/ La Cinquième, 1999. **La courgette**

Résumé : Emission de 11 min. Le cycle de vie d'un pied de courgette (images de la croissance) (les cucurbitacées, fleurs mâles et femelles...). Transformation artisanale de l'aliment (le tian provençal par un grand chef) et industrielle (le gratin de courgettes surgelés). Livret pédagogique.

Du jardin à la table (3). CNDP/ La Cinquième, 1999. **Le maïs**

Résumé : Emission de 11 min. Images de la croissance et de la reproduction du maïs et des graminées (panicule, fleurs mâles et femelles, épillet, épi, soie, ovule). Transformation artisanale de l'aliment (galettes de maïs par un grand chef) et industrielle (les cornflakes). Livret pédagogique.

Du jardin à la table (3). CNDP/ La Cinquième, 1999. **Le petit pois**

Résumé : Emission de 11 min. Images de la croissance et de la reproduction du petit pois et des papillonacées (foliole, vrille, stipule, étendard, carène, cosse, autofécondation, gousse...). Transformation artisanale de l'aliment (petits pois aux lardons par un grand chef) et industrielle (le navarin d'agneau en conserve). Livret pédagogique.

+ BONAR, Véronique / KENYON, Tony (ill.)

**Les aliments.** Editions Gamma, 1998. 30 p. (Le traitement des déchets) ISBN 2-7130-1857-9

+ Collection Sauvegarde des Editions Gulf Stream ([www.gulfstream.fr](http://www.gulfstream.fr)) :

**Des céréales.**

**Des pommes.**

**Des pommes de terre.**

**Des vaches.**

**Des poules,**

etc...

## Albums illustrés pour les enfants

---

LETE, Nathalie

**J'ai descendu dans mon jardin et j'ai cueilli...** Seuil Jeunesse, 2002. - non paginé [24] p. ISBN 978-2-02-041646-7

Résumé : Grand imagier où des fruits et des légumes sont mis en scène de façon moderne à la manière d'Arcimboldo, sous la forme de personnages aux noms fantaisistes : M. Artie Shaw, M. Harpo Tyron, le bel Anastase... Leurs têtes sont composées de fruits et de légumes regroupés par dominante de couleur : un ananas pour la tête, un citron pour le nez, une banane pour la bouche, deux litchis pour les oreilles... Pour faire aimer les fruits et les légumes !

METS, Alan

**La carotte géante.** L'Ecole des Loisirs, 1998. 37 p. ISBN 2-211-05095-6

Résumé : Un lapin malin trouve une graine de carotte dans ses petits pois, embauche une taupe pour la planter, un éléphant pour l'arroser, un âne pour son crottin. Joli travail d'équipe ! Mais, pour déguster la belle carotte, il faudra aussi penser aux copains... De la graine au légume : le travail à faire au jardin et les différentes étapes avant de pouvoir manger le légume. Un récit d'entraide et de solidarité.

IWAMURA, Kazuo

**La famille Souris et le potiron.** L'Ecole des Loisirs, 1997. non paginé [34] p. (Archimède) ISBN 2-211-04653-3

Résumé : Une famille de 14 souris plante une graine et la cultive avec soin jusqu'à la récolte du potiron. Avec ce légume, il est possible de faire de nombreux plats... et de se faire une bonne réserve de graines pour l'année suivante. De la graine à la plante : les étapes du travail au jardin.

WABBES, Marie

**La soupe ça fait grandir.** L'Ecole des Loisirs, 2003. 37 p. ISBN 2-211-06749-2

Résumé : Avec les bons légumes du jardin, on fait une soupe. Pomme de terre, carotte, navet, poireau, céleri, oignon et chou vert mijotent pour faire un délice plein de saveurs. Un bel album aux couleurs vives, facile, pour donner envie à tous les enfants qui veulent grandir.

Rascal / CHATELLARD, Isabelle

**Le navet.** L'Ecole des Loisirs, 2002. 30 p. (Lutin Poche) ISBN 2-211-06506-6

Résumé : Une puce trouve une graine non identifiée, elle doit demander l'aide du lézard pour la déplacer, du canard pour la planter, de la chèvre pour l'arroser. Un joli travail d'équipe qui aboutit à un navet. L'ours en fait de la soupe mais beurk ! De la graine au légume : le travail à faire au jardin et les différentes étapes avant de pouvoir manger le légume. Un récit d'entraide.

ELSCHNER, Géraldine/ WINTZ-LITTY, Julie (ill.)

**Mystère et goutte de lait.** Editions Nord-Sud, 1996. non paginé [28] p. ISBN 3-314-21014-0

Résumé : Une vache de montagne se demande ce que le fermier fait de son lait après la traite. Son amie la pie suit le lait depuis la ferme : un camion le transporte à la laiterie où il deviendra du reblochon. Il y a des cochons dans cette laiterie car on leur donne le petit-lait. La vache est fière de ce qu'on a fait de son lait. La fabrication détaillée du reblochon, de la fromagerie à la cave. Un usage du lait.

DALRYMPHE, Jennifer

**Non, je n'ai jamais mangé ça !** L'Ecole des Loisirs, 1999. 37 p. (Archimède) ISBN 2-211-04384-4

Résumé : Son grand-père a beau lui affirmer qu'il a déjà mangé de cette graine de blé qu'il sème, Léo n'y croit pas. Sans lui dire, au fil des mois et des étapes, le grand-père fait découvrir à l'enfant les étapes de la fabrication du pain (graine, culture, récolte, moulin, farine...). Première découverte du pain et de sa fabrication, de l'agriculteur au four.

SERRES, Alain/ Le 109 (ill.)

**Pain, beurre et chocolat.** Rue du monde, 1999. non paginé [24] p. ISBN 2-912084-17-2

Résumé : Comment une jeune fille découvre que derrière son sandwich au pain, au beurre et au chocolat, il y a beaucoup de travail, d'étapes de fabrication et autant de gens qui de près ou de loin ont été acteurs de ces 3 aliments. De l'agriculteur au dessinateur de l'emballage de la tablette de chocolat, ça en fait du monde à remercier ! Petit album malicieux pour une première sensibilisation à ce qui se passe en amont d'un produit, avant qu'il n'arrive dans l'assiette.

## LES DÉFIS ALIMENTAIRES AU NORD ET AU SUD

FUMEY, Gilles

**Géopolitique de l'alimentation.** Sciences humaines éd. , 2008. 127 p. (La Petite bibliothèque de Sciences humaines). ISBN 978-2-912601-75-9

Résumé : "Au printemps 2008, la planète s'est réveillée avec la gueule de bois. Elle croyait être sur le chemin radieux de l'autosuffisance alimentaire. Les famines n'étaient plus que résiduelles ou délibérément provoquées. L'abondance avait bien donné de nouvelles pathologies, comme l'obésité, mais n'était-ce pas préférable à la faim ? Et puis tout s'est emballé. Des émeutes de la faim ont éclaté dans les pays du Sud et on s'est demandé pourquoi la FAO et l'OMC n'avaient pas pu empêcher ce dérèglement du système alimentaire mondial. La géopolitique de l'alimentation permet de comprendre les rapports de force qui façonnent notre planète alimentaire en analysant le rôle des différents protagonistes mais institutions, les politiques, les acteurs économiques, mais aussi les mangeurs que nous sommes tous. Car nos goûts et nos pratiques ne sont jamais sans incidence. La question de demain n'est pas de penser une alimentation pour tous qui serait universelle. Elle est de voir comment garantir un accès le plus large possible à une alimentation de qualité, non assujettie aux règles du profit. Se nourrir est non seulement un besoin vital, c'est aussi l'un de nos plus intimes rapports au monde. "

COLLECTIF / ACTION CONTRE LA FAIM

**Géopolitique de la faim : faim et responsabilités.** Paris. PUF, 2004. 243 p. ISBN 2-13-054550-5

Résumé : S'appuyant sur leur expérience de terrain, les auteurs dressent un panorama des causes de la faim, à travers de multiples exemples. En dehors des sécheresses, de nombreux facteurs mettent en péril la sécurité alimentaire, et l'aide alimentaire ne résout pas nécessairement les problèmes de malnutrition. Les conflits armés ont un impact prépondérant dans la famine, mais n'expliquent pas à eux seuls ce manque de nourriture. Les auteurs s'interrogent également sur leur action.

ZIEGLER, Jean

**La faim dans le monde expliquée à mon fils.** Seuil, 1999. 63 p. ISBN 2-02-036753-X

FARAGGI, Marcello

**La folie aviaire.** SOS faim, [s.d.]. - 32 min. Film en ligne : [http://www.sosfaim.be/pages\\_be/fr/campagnes/videos00.html](http://www.sosfaim.be/pages_be/fr/campagnes/videos00.html)

Résumé : Documentaire sur les conséquences des exportations européennes de poulet en Afrique (Cameroun). Les surplus de poulets européens alimentent les fast food africains : le poulet congelé est vendu en Afrique de l'Ouest et centrale à bas prix. Les conséquences sont désastreuses pour la santé (problèmes de stockage, hygiène ) et l'économie de ces pays. Les aviculteurs africains ne sont pas en mesure de concurrencer les bas prix européens.

SCHUTTER, Olivier de

**L'économie politique de la faim : garantir le droit à l'alimentation dans un monde de ressources rares.** ESA, 2010. 87 p.

**Les problèmes alimentaires dans le monde.** Cahiers français n° 278, 12/1996

LE BIHAN, Geneviève (coord.)/DELPEUCH, Francis (coord.)/MAIRE, B.

**Nutrition et politiques publiques : propositions pour une nouvelle approche des enjeux alimentaires.** Editions Charles Léopold Mayer, 2002. 130 p. (Cahiers de propositions pour le XXI<sup>e</sup> siècle ; 3) ISBN 2-84377-063-7

Résumé : Plaidoyer pour une nouvelle approche de nutrition publique, suite aux constats actuels (problèmes nutritionnels, politiques alimentaires...). La nouvelle approche se base sur les autorités publiques, les femmes, la qualité des produits, l'éducation, l'activité physique ou la recherche. Des documents illustrent les propositions.

Peuples Solidaires

**Relever le défi alimentaire : dossier pédagogique.** Peuples solidaires, 65 p. + livret " De la nourriture pour tous"

**Revue TDC.** Paris : CNDP

N°742, 15/10/1997: **Le défi alimentaire : bientôt la fin de la faim ?**

N° 881, 01/10/2005 : **Nourrir la planète**

Résumé : Ensemble de documents iconographiques, de textes informatifs et de pistes pédagogiques sur les problématiques liées à l'alimentation. La sécurité alimentaire, le riz, les choix en agronomie, les politiques de nutrition, les ressources halieutiques, la pêche, l'aquaculture, les productions vivrières en Afrique, la FAO, les habitudes alimentaires, le cas du Viet Nam.

GRIMM, Hans-Ulrich

**Arômes dans notre assiette : la grande manipulation.** Terre Vivante, 2004. 189 p. ISBN 2-914717-07-5

BLES, Nicolas / PAILLETTE, Isabelle de

**ABC des oligoéléments.** Grancher, 2005. 189 p. ISBN 978-2-7339-0889-1

Résumé : "Cet ouvrage, destiné à aider le grand public à mieux comprendre et savoir utiliser les oligoéléments, est essentiellement fondé sur la vision actuelle de cette discipline en médecine courante. Il s'appuie tant sur sa pratique que sur les recherches récentes. S'il n'exclut en aucun cas la nécessité d'un contrôle médical, l'ABC des oligoéléments permet cependant une autoprescription facile : sont en effet expliqués ici les grands principes de l'oligothérapie et décrits les produits qu'elle utilise. Chacun de ces produits fait l'objet d'un portrait détaillé mentionnant les associations possibles et les mises en garde éventuelles, et permettant de mieux comprendre ses qualités et ses usages. Les maux courants sont également répertoriés, ainsi que l'apport des oligoéléments dans leurs traitements. Enfin, un point est fait sur le bénéfice de l'oligothérapie dans certaines situations comme la période de convalescence, la rentrée scolaire, ou bien encore la pratique sportive..."

MÉNAT, Éric

**Dictionnaire pratique de la diététique.** Éd. 2006. Grancher, 2006. 527 p. ISBN 2-7339-0955-X

Résumé : "Combien de calories dans un œuf ? Que signifient les labels et comment déchiffrer les étiquettes ? Quel est le meilleur mode de cuisson et quelle huile utiliser ? Par quoi remplacer le lait de vache si l'on est intolérant ? Le cholestérol est-il toujours mauvais pour la santé ? Peut-on congeler de la viande hachée ? Quelles sont les vitamines détruites par la chaleur ? Comment choisir les fruits et les légumes ? Que doit-on manger en cas d'ostéoporose ? A toutes ces questions, et des milliers d'autres, cet ouvrage - dont voici l'édition 2006 rénovée -, apporte une réponse précise et pratique. Vous désirez manger mieux, manger " juste ", il ne quittera plus votre cuisine. Aujourd'hui, il ne suffit plus, dans notre civilisation industrielle, d'ingurgiter n'importe quoi, n'importe comment. Chacun prend conscience, pour soi comme pour son entourage, de l'importance capitale d'une alimentation saine, diversifiée et équilibrée. Mais il n'est pas facile de s'y retrouver entre le matraquage publicitaire, les différentes appellations d'origine, le " bio ", les scandales répétés (vache folle, hormones, grippe aviaire, etc.) et, tout simplement, le vaste choix de produits mis à notre disposition en Europe. C'est la raison pour laquelle un tel ouvrage s'imposera chez tous ceux qui recherchent une information préalable et complète, afin de choisir une alimentation saine et adaptée à leur cas."

**L'alimentation en danger.** L'écologiste n° 4, 2001.

Résumé : Comment l'industrie et ses nouvelles règles d'hygiène menacent les petits producteurs et la santé.

BARBICHE, Christiane

**L'art de manger sainement au XXI<sup>e</sup> siècle : naturopathie, aliments bio et gastronomie.** Grancher, 2008. 271 p. ISBN 2-7339-1031-0

Résumé : "La santé et le bien-être passent par l'assiette, disaient les sages. La science confirme aujourd'hui cette maxime empirique. Passionnée de naturopathie et de gastronomie, l'expérience culinaire de Christiane Barbiche ne trahit pas nos maîtres grecs et latins, qui ne manquaient pas d'associer repas et art de vivre, santé et qualité de vie, science nutritionnelle et convivialité ; mais ce livre s'enrichit aussi des savoirs modernes. Aujourd'hui, à la lumière des études les plus performantes, on parvient en effet à conjuguer les apports des habitudes traditionnelles ancestrales (régime dit paléolithique), méditerranéennes (régime crétois), ou orientales (régime japonais), et c'est ce que vous allez, entre autres, découvrir ici."

QUEMENER, Jean-Marie

**L'empoisonnement alimentaire.** Milan, 2000. 63 p. (Les essentiels Milan ; 173) ISBN 2-7459-0048-X

Rullier, Bénédicte

**L'hygiène alimentaire.** Nathan, 2000. 159 p. (Repères pratiques) ISBN 2-09-183067

Résumé : Ouvrage de base (tout public) faisant le tour du sujet : la digestion (anatomie et fonctionnement), les aliments (natures et catégories), la nutrition (conseils), la santé (les maladies en rapport avec l'alimentation), la technologie (conservation, additifs, modes de cuisson,...) et les comportements (faim, soif, vitamines...). Sont évoqués : maladie de la vache folle, listériose, dioxine, OGM.

FEILLET, Pierre

**Le bon vivant : une alimentation sans peur et sans reproche.** INRA Editions, 2002. 286 p. (Un point sur...) ISBN 2-7380-0999-9

POLLAN, Michael

**Les règles d'une saine alimentation.** Editions du Trésor caché, 2010. 142 p. ISBN 978-2-922405-76-7

Résumé : " Manger ne devrait pas être aussi compliqué. A notre époque où foisonnent les régimes élaborés et les conseils conflictuels sur la santé, Les règles d'une saine alimentation apporte une simplicité bienvenue aux décisions quotidiennes entourant notre alimentation. Rédigé avec la clarté, la concision et l'esprit qui sont devenus la marque de commerce de Michael Pollan, ce manuel indispensable propose à qui veut manger sainement des règles simples et faciles à retenir, à raison d'une par page. Ce guide qui repose sur une variété de traditions démontre comment différentes cultures, au fil des époques, en sont arrivées à une même sagesse alimentaire. Au supermarché ou au restaurant, c'est le guide parfait pour quiconque s'est déjà posé la question : " Que devrais-je manger ? " "

**Le risque alimentaire.** Educagri Editions, 2001. 1 vidéocassette 13 min. (Risques Majeurs ; 11)

FEILLET, Pierre /

**Peut-on encore manger sans peur ?** Le Pommier, 2003. 61 p. (Les Petites Pommes du Savoir) ISBN 2-74650120-1

LAZLO, Pierre /

**Peut-on boire l'eau du robinet ?** Le Pommier, 2002. 60 p. (Les Petites Pommes du Savoir) ISBN 2-74650057-4

Résumé : Comment expliquer que nous nous méfions encore de l'eau du robinet ? Sa pureté ne coule-t-elle pas de source ? L'eau du robinet serait-elle une eau trafiquée ? Après avoir battu en brèche un certain nombre d'idées reçues, Pierre Laszlo nous explique les processus complexes qui font de cette eau, apparemment si simple, si banale, un des produits que nous ingérons les plus surveillés et les plus sûrs.

Entretiens d'Auxerre (2008) / WIEVIORKA, Michel

**Se nourrir : l'alimentation en question.** "Sciences humaines" éd. , 2009. - 279 p. ISBN 978-2-912601-82-7

Résumé : "L'alimentation fait la une de l'actualité, que ce soit dans les pays du Sud, les pays pauvres, où l'on a vu resurgir le spectre de la famine, mais aussi dans les pays riches, où la malbouffe et l'obésité sont devenues des questions récurrentes de santé publique. Les enjeux en sont considérables, qu'ils soient économiques, politiques humanitaires, ou culturels. S'y articulent des dimensions planétaires - l'environnement, la géopolitique, les industries agroalimentaires... et des dimensions locales ou nationales, tant il est vrai que les États ont encore leur mot à dire. Manger peut aussi être associé à de grandes peurs, et susciter d'importants débats de société, qu'il s'agisse, par exemple, de la viande, de la vache folle ou des OGM. Se nourrir, enfin, relève au moins pour une part, d'une éducation, d'apprentissages : nous sommes de plus en plus soucieux d'hygiène alimentaire, mais aussi d'apprendre à construire notre propre goût, ici et ailleurs..."

## L'ALIMENTATION DE DEMAIN ET LES ALTERNATIVES POSSIBLES

GIROU, Stéphane / DAVID-LEROY, Maud / COFFE, Jean-Pierre (Préfateur)

**AMAP (association pour le maintien d'une agriculture paysanne) : replaçons l'alimentation au coeur de nos sociétés.** Dangles, 2009. 152 p. ISBN 978-2-7033-0772-3

Résumé : Présentation des AMAP, Associations pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne : l'histoire du mouvement, son développement en France, le point de vue du consommateur comme celui du producteur, les implications écologiques, économies ou politiques, les bienfaits pour la santé, les aspects pratiques (comment créer une AMAP, y adhérer, les types de contrats, la charte), etc.

WORLDWATCH INSTITUTE/BOUGUERRA, Mohamed Larbi (trad.)

**La consommation assassine : comment le mode de vie des uns ruine celui des autres, pistes pour une consommation responsable.** Editions Charles Léopold Mayer, 2005. (Dossier pour un débat ; DD 143) ISBN 2-84377-103-X

Résumé : Traduction d'un rapport sur l'état du monde en 2004 axé sur la société de consommation. Constats et propositions pour changer nos façons de consommer (exemples de l'eau et de l'alimentation). Pistes et solutions à la portée des gouvernements, des associations et des individus, pour une gouvernance de la consommation et moins de gaspillage. Pêle-mêle : emballages, ordinateur, eau en bouteille, poulet, chocolat, crevettes, soda, téléphone portable, circuit d'un T-Shirt en coton.

WARIDEL, Laure.

**L'envers de l'assiette : et quelques idées pour la remettre à l'endroit.** Montréal : Editions Ecosociété - Environnement Jeunesse, 2003. 173 p.

Résumé : Pour qu'acheter soit agir : exemples, questionnements sur notre manière de manger et de choisir les produits du supermarché. Propose la formule des 3N-J : Nu, Non-loin, Naturel et Juste. Réduction des emballages, réduction du transport des aliments, rapprochement des citoyens avec les agriculteurs de leurs régions, réduction de la transformation des aliments et de l'utilisation des produits chimiques et partage équitable de la richesse provenant de la production des aliments.

FURTADO, Jorge

**L'île aux fleurs.** ADAV / Grands films classiques, 1989. Vidéo de 14 min.

Résumé : "Une tomate est plantée, récoltée, vendue avant de finir à la décharge de "L'île aux fleurs" parmi les porcs, les femmes et les enfants. Alors la différence entre les tomates, les porcs et les êtres humains devient claire."

VARDA, Agnès

**Les Glaneurs et la glaneuse.** CNDP, 2002. 1 DVD de 171 min. + 1 livret de 15 p. (L'EDEN Cinéma) ISBN 2-240-01002-9

Résumé : Agnès Varda propose une série de portraits d'hommes et de femmes qui vivent et survivent de nos restes, ceux qui glanent, grappillent et récupèrent. Elle redonne dignité à ceux qui doivent faire preuve d'ingéniosité s'ils veulent survivre, en se nourrissant des déchets, des restes abandonnés dans les champs ou les poubelles. Les pulsions et mécanismes de (sur)vie des laissés pour compte. Un regard révolté sur nos comportements de gaspilleurs hypocrites et égoïstes.

NORBERT-HODGE, Helena/MERRIFIELD, Todd/GORELICK, Steven

**Manger local : un choix écologique et économique.** Editions Ecosociété, 2005. 169 p. ISBN 2-923165-07-1

Résumé : Plaidoyer pour l'agriculture de proximité. Les aliments produits localement réduisent les gaz à effet de serre, l'utilisation de produits chimiques toxiques, l'entreposage, le suremballage et l'emploi d'additifs. Cette agriculture protège la biodiversité, rétribue plus équitablement les travailleurs agricoles, contribue à revitaliser les régions rurales et assure l'accès à des aliments plus frais et plus sains à tous.

MARCON, Valérie et OMER, Frédérique

**We feed the world : dossier pédagogique.** Zero de conduite.net, 2007. Dossier relié de 22 p.

Résumé : Dossier interdisciplinaire pour exploiter le film "We feed the World" (le marché de la faim) en lien avec les programmes scolaires de collège, lycée en géographie et ECJS (agriculture, alimentation et mondialisation) ou en sciences économiques et sociales (mondialisation agro-alimentaire, politiques régionales et stratégies des multinationales). En ligne sur : [http://www.zerodeconduite.net/wefeedtheworld/dossier\\_pedagogique.htm](http://www.zerodeconduite.net/wefeedtheworld/dossier_pedagogique.htm)

## Généralités

LAVILLE, Elisabeth / BALMAIN, Marie / LEMARCHAND, François (Préf.)

**Achetons responsable ! Mieux consommer dans le respect des hommes et de la nature** Seuil, 2006. 466 p. ISBN 2-02-084707-8

Résumé : Guide proposant des pistes pour une consommation responsable au quotidien : alimentation, bijoux, couches, détergents et produits ménagers, électroménager, équipements électriques et électroniques, fleurs, hygiène et beauté, jardinage, jeux-jouets, mobilier, peintures et revêtements de sol, poissons-coquillages-crustacés, vêtements, viande-volaille-oeuf. Un chapitre sur l'éducation des enfants et sur les gestes

lors d'événements comme Noël, et la rentrée scolaire. Présente les définitions nécessaires et une présentation des différentes démarches pour faire ses propres choix.

RIMSKY-KORSAKOFF, Jean-Pierre

**Au-delà du bio : la consommation.** Editions Yves Michel, 2003. 239 p. (Société) ISBN 2-913492-19-3

Résumé : Qu'est-ce que l'esprit bio, dans le cadre de la nouvelle citoyenneté ? Agriculture biologique et grande distribution. Le système des grandes surfaces et ses répercussions. Les biocoops (contexte historique, objectifs...). Ethique : une alternative. La consommation, le commerce équitable : engagement citoyen et écologique au niveau mondial. Ethique de l'acte de consommation. Alternatives. Enjeux actuels de l'agriculture biologique.

TUDGE, Colin

**L'alimentation de demain.** Pearson Education France, 2003. 72 p. (DK Focus Sciences) ISBN 2-7440-1608-X

CIRAD

**L'alimentation des villes du Sud.** CIRAD, 2004. non paginé [28] p. 1 dossier de 14 p.

Collectif

**Le mangeur du 21<sup>e</sup> siècle : les aliments, le goût, la cuisine et la table.** Educagri Editions, 2003. 345 p. ISBN 2-84444-289-7

Résumé : Actes du Colloque international du même nom, tenu à Dijon en 2002, regroupant des chercheurs en sciences de l'alimentation et du goût, des sociologues, des économistes, des ethnologues, des historiens, des artistes, des viticulteurs, et des responsables de l'agro-alimentaire.

MCE Rennes

**Les aliments santé : être mieux informé pour mieux manger.** MCE Rennes, 2004. 22 p.

Résumé : Pour s'y retrouver dans les messages santé des produits alimentaires : allégations, réglementation, repères pour choisir (les bonnes questions à se poser). Focus sur les éléments et les mots scientifiques mis en avant sur les étiquettes : ferments, fibres, stérols végétaux, oméga 3, calcium, vitamines. Les produits allégés. Décryptage d'une étiquette.

ZMIROU, Denis (dir)

**Quels risques pour notre santé ? : Pollution, air, eau, aliments, bruit, nucléaire...** Syros, 2000. 335 p. (Société et santé)

Résumé : Données scientifiques sur les différents risques sanitaires liés à l'environnement (air, eau, alimentation, déchets, sols, risques physiques) puis une réflexion sur l'attitude de la société face à ces risques. Un plaidoyer pour une évaluation des risques, un système d'information, leur gestion, pour la formation des citoyens et des responsables, et pour la recherche. Autant d'éléments pour un débat public.

PAILLOTIN, Guy / ROUSSET, Dominique

**Tais-toi et mange ! L'agriculteur, le scientifique et le consommateur.** Bayard Editions, 1999. 186 p. (Sciences-société)

## Le commerce équitable

Artisans du monde

**Chocolat qui es-tu ? Guide d'animation classes primaires.** Artisans du monde, 2002. 68 p.

CALZA / MARET, et al.

**Des bulles dans le commerce : 5 histoires sur le commerce équitable.** GRAD, 2004. 32 p. ISBN 2-910222-19-5

Résumé : 5 BD engagées de 6 pages chacune, réalisée par cinq dessinateurs, pour comprendre l'organisation actuelle du commerce mondial, la place qui est laissée au producteur et le pouvoir qu'a le consommateur. Après l'exemple des vêtements puis du café, sont présentés : les principes du commerce équitable, les droits de l'homme et le pouvoir du consommateur.

Artisans du monde

**Faut qu'ça change !** Artisans du monde, 2004. 1 vidéocassette VHS, 15 min.

Résumé : Film mêlant une fiction et des témoignages. Un jeune homme se pose des questions sur sa vie quotidienne et recherche des informations pour changer les choses. Il découvre un site sur le commerce équitable qui présente différentes organisations du Sud et leur fonctionnement. Les avantages de ce commerce : des relations durables, un juste prix, la protection de l'environnement, le respect des droits de l'homme.

GOYVAERTZ, Philippe

**Le café et l'addition.** Educagri Editions / Milune productions, 2002. 1 vidéo VHS : 52 min.

Résumé : A partir de l'exemple du Guatemala, comment se font la production et la commercialisation du café. Parallèle entre le système des grandes plantations qui alimentent les multinationales et le système des coopératives indiennes qui, dans le cadre du commerce équitable, permettent le développement économique et social de communautés Maya. Le sociologue Jean Ziegler pose clairement la question des conséquences de l'ultra-libéralisme sur les populations des pays en développement.

BELBEOCH, Olivier

**Le commerce équitable.** BTJ n° 1156. PEMF, 03/2004

Résumé : Dossier synthétique sur le commerce équitable et la situation actuelle. Prenant appui sur des données chiffrées, des extraits de textes officiels, des cartes, des schémas ou des photos, sont abordés : les droits de l'homme, le commerce de la banane, la mondialisation, la consommation durable, les produits du commerce équitable et comment on peut agir pour consommer durable (hypermarché ou boutique). Reportages sur des producteurs et sur le fonctionnement en coopérative.

POULIQUEN, Katell

**Le commerce équitable.** Marabout, 2003. 120 p. ISBN 2-501-04005-8

Résumé : Guide pratique permettant au consommateur de savoir : comment se définit un produit de commerce équitable, quels en sont les produits phares et comment les choisir, qui pratique le commerce équitable en France aujourd'hui, dans quels magasins ou circuits les trouver.

Artisans du monde

**Pouvoir d'achat, devoir d'action : le commerce équitable expliqué aux jeunes.** Artisans du monde, 2003. 15 p.

Résumé : Brochure engagée de sensibilisation sur le commerce équitable : les inégalités entre le Sud et le Nord, le commerce équitable comme solution, penser globalement et agir localement, les droits du travail, exemple d'un paquet de café et d'une chaussure de sport, ce qui peut être fait.

## Les différents types d'agriculture

**Agriculture : de la nécessité des peuples de se nourrir eux-mêmes.** in La Revue Durable n°06, juillet-août-septembre 2003

Résumé : Dossier thématique faisant le tour de la question alimentaire et des solutions pour lutter contre le faim. Indicateurs de la situation alimentaire mondiale, la notion de souveraineté alimentaire, des échanges équitables, l'agriculture paysanne rurale, les famines créées, le sida et la souveraineté alimentaire, démocratie participative au Sud sur l'agriculture et les OGM, le développement rural oublié de l'AsA et de l'OMC, échanges agricoles et CO<sup>2</sup>...

AUBERT, Claude /LECLERC, Blaise

**Bio, raisonnée, OGM : quelle agriculture dans notre assiette ?** Terre Vivante, 2003. 127 p. ISBN 2-914717-02-4

Résumé : Informations sur les agricultures conventionnelle, biologique et raisonnée, sur les OGM, les pesticides et les solutions écologiques.

CALZA et ELOUNDOU.

**Des bulles sur les marchés agricoles : 4 luttes pour la souveraineté alimentaire.** Bonneville. - GRAD, 2005. 40 p.

Résumé : Pour comprendre ce qu'est la souveraineté alimentaire, et découvrir la situation agricole et alimentaire mondiale, les relations entre la libéralisation des échanges commerciaux des produits agricoles et la pauvreté rurale, et les conditions économiques et politiques. Exemples : les importations massives de poulets congelés au Cameroun ; le combat contre la libéralisation des échanges en Corée du Sud ; la libéralisation des échanges agricoles (lait) en Suisse...

CONNAN, Maryvonne

**L'agriculture autrement.** PEMF, 2004. Revue BT2 - nouvelle série 74 (2004). 64 p.

Résumé : Dossier sur les enjeux de l'agriculture mondiale du 21<sup>e</sup> siècle. Comment nourrir les hommes sans porter atteinte à la faune et à la flore, tout en évitant les excédents au Nord et la sous-alimentation au Sud. Bilan du modèle productiviste. Alternatives durables possibles à l'agriculture productiviste. L'agriculture biologique. Témoignages d'agriculteurs bretons. Encadrés sur la PAC, les OGM, la pollution par les nitrates et les pesticides.

HULOT, Nicolas / Comité de Veille Ecologique / MATIGNON, Karine Lou

**L'impasse alimentaire ? Agriculture, santé, environnement.** Paris. Fayard, 2004. 236 p. ISBN 2-213-62084-9

Résumé : Sous la forme de questions-réponses, 8 spécialistes examinent le passé, s'interrogent sur l'avenir, proposent des alternatives à la politique agricole productiviste qui a amené directement ou indirectement érosion des sols, diminution de la biodiversité, pollution de l'eau, production de gaz à effet de serre, atteintes à la santé humaine, etc...

**Pesticides : le piège se referme.** Terre Vivante, 2002. 159 p. ISBN 2-904082-96-4

PELT, Jean-Marie

**Plantes et aliments transgéniques.** Fayard, 1998. 169 p. ISBN 2-213-60148-8

Résumé : Histoire des OGM, motivations sociale et scientifique pour leur développement, craintes suscitées, risques pour la santé, désordre écologique, aspects socio-économiques. Ce livre est donc l'avis d'un spécialiste du monde végétal sur les OGM. Clair, simple, illustré d'exemples et de cas concrets.

Uminate

**Agriculture et développement durable : livret didactique.** Uminate, 09/2001. 234 p. + livret pédagogique 154 p.

**Les OGM, richesses et servitudes.** Revue TDC n° 829. CNDP, 01/02/2003

Résumé : Ensemble de documents iconographiques, de textes informatifs et de pistes pédagogiques pour comprendre le débat sur les OGM et les biotechnologies. Les OGM : ce que c'est (vertus, utilité, risques, doutes, prouesse technique, brevet sur le vivant...), comment on les fabrique, ce que sont les bactéries, les arguments de ceux qui sont "pour" et de ceux qui sont "contre". Éléments de génétique (cellule, hérédité, reproduction, procréation). Lexique.

## L'alimentation en collectivité

PETIT-HERFORT, Monique / KYTSPOTTER, Brigitte de

**100 semaines de menus pour collectivités : 422 recettes. Tome 1.** Ed J. Lanore , 1991. 161 p. (100 semaines de menus pour collectivités.). ISBN 978-2-86268-023-1

Résumé : " Cinq semaines de menus adaptés à cinq groupes d'âges : petits enfants, enfants, adolescents, adultes, personnes âgées sont proposées pour chacune des quatre saisons. Minutieusement élaborés par une équipe de diététiciennes, ces menus assortis de 422 recettes simples, variées, parfois exotiques à grammages établis pour 100 convives, ont pour but d'aider les responsables de restauration collective à renouveler leur stock d'idées. Menus et recettes respectent au mieux l'équilibre et la variété alimentaires sans négliger l'attrait gastronomique et les impératifs de la cuisine collective. "

Coordination Education/Santé (Belgique)

**A l'école d'une alimentation saine : à table les cartables !** Ministère de la Communauté française, 2002. Dossier relié de 50 p.

Résumé : Guide pratique à destination des établissements scolaires pour instaurer un mode alimentaire de qualité, prenant en compte les enjeux liés à la santé, l'environnement, le développement durable et le plaisir et l'épanouissement des élèves. Présentation d'une charte, d'un plan d'action pour l'école, et d'exemples de projets thématiques possibles autour de l'éducation au goût, l'équilibre alimentaire, le développement durable, la publicité, l'hygiène, le cadre des repas. Mise en valeur d'expériences concrètes.

En ligne sur : [http://www.sante.cfwb.be/charger/alimentationEcole\\_br.pdf](http://www.sante.cfwb.be/charger/alimentationEcole_br.pdf)

AME /CRES Languedoc-Roussillon

**Alimentation et santé des lycéens et des collégiens : guide ressource pour agir.** Agence Méditerranéenne de l'Env. , 2003. 132 p.

CEMEA

**L'éducation relative à l'environnement dans la vie quotidienne des centres de vacances et de loisirs.** CEMEA, 2000. 12 p.

Résumé : un livret de 4 pages présentant la plate-forme pour l'ERE et 8 fiches traitant des thèmes : alimentation, coin découverte, déchets, énergie, eau, bruit, paysage, fiche ressources documentaires