



# Ma cantoché au plus proche

*Une série de 8 vidéos sur les fournisseurs bio et locaux de la Cuisine d'Albi, produite par la Ville d'Albi dans le cadre de son Projet Alimentaire Territorial (PAT).*

## LIVRET DE L'ENSEIGNANT

Direction du patrimoine végétal et environnement  
de Ville d'Albi : 05 63 49 15 44 / 15 47

**albi**  
• MA VILLE

# Pourquoi ces vidéos ?

**AFIN DE FAVORISER L'ACCÈS À UNE ALIMENTATION LOCALE, LA VILLE D'ALBI S'EST ENGAGÉE DEPUIS 2017 DANS LA MISE EN PLACE D'UN PROJET ALIMENTAIRE TERRITORIAL (PAT) DANS LE CADRE DE LA LOI D'AVENIR POUR L'AGRICULTURE, L'ALIMENTATION ET LA FORÊT.**

**Les deux premiers plans d'actions qui s'étalent de 2018 à fin 2023 ont mis en avant :**

- des initiatives de sensibilisation au public ;
- la création de jardins comestibles dans des quartiers emblématiques ou d'intérêt social de la ville ;
- l'installation de marchés de producteurs locaux et de maraîchers bio aux abords du secteur de la cité épiscopale ;
- l'éducation à une alimentation saine dans les écoles,
- et de nombreuses autres actions œuvrant pour faire adopter une consommation de qualité et de proximité.

**Le personnel scolaire et péri-scolaire tient un rôle essentiel dans la réussite de ces actions d'éducation.**

C'est pourquoi la Ville d'Albi et ses partenaires associatifs proposent, en coordination avec la Cuisine d'Albi, d'apporter les clés d'une meilleure compréhension des questions de souveraineté alimentaire, ainsi qu'une méthodologie pour transmettre des messages essentiels aux enfants.

Ce livret vous aidera en tant qu'institutrice/eur à approfondir les points traités dans les 8 films proposés.

Ces vidéos illustrent chacune un élément essentiel d'un repas équilibré : légumes, protéines animales (viande), laitages, légumineuses, céréales, fruits.

## Les mots-clés abordés dans les films

**Toutes ces vidéos traitent des notions d'agriculture biologique. Voici quelques concepts que l'on retrouve dans plusieurs vidéos.**

### Agriculture bio

Pour produire les aliments dont on a besoin pour vivre, il faut de la terre, des graines, de la lumière et de l'eau. Il faut aussi protéger les cultures pour qu'elles poussent bien : les fruits et les légumes peuvent parfois attraper des maladies, être grignotés par des insectes, ou gênés par des herbes qui poussent sur le même terrain qu'eux.

Les agriculteurs ont alors deux solutions.

- La première, c'est d'utiliser des produits chimiques pour se débarrasser des insectes, des mauvaises herbes, ou faire que les plantes poussent plus vite : c'est ce qu'on appelle "l'agriculture conventionnelle".
- L'autre, consiste à trouver des moyens pour protéger les cultures sans utiliser de produits issus de l'industrie chimique : c'est justement l'agriculture dite biologique ! Elle se veut plus respectueuse des sols, des rythmes de la nature, de la biodiversité et de l'environnement d'une manière générale.

### Autres ressources

**Site de la marque *Les 2 vaches***

[les2vaches.com/agriculture-biologique-definition/](https://les2vaches.com/agriculture-biologique-definition/)

**Brochure** : Expliquer l'agriculture bio aux enfants éditée par l'Agence bio, groupement d'intérêt public en charge du développement, de la promotion et de la structuration de l'agriculture biologique française.

[www.agencebio.org/wp-content/uploads/2018/09/ab016\\_b25\\_kp\\_guidepedagogique\\_bd.pdf](https://www.agencebio.org/wp-content/uploads/2018/09/ab016_b25_kp_guidepedagogique_bd.pdf)

### Pesticides

Ils regroupent les insecticides (tuent les insectes), les fongicides (tuent les champignons), les herbicides (tuent les plantes).

### Produits phytosanitaires

Il s'agit de préparations visant à protéger les végétaux face aux maladies, aux ravageurs et autres organismes nuisibles au développement de la plante. Ces produits sont issus de la chimie et entraînent généralement une perte de biodiversité en occasionnant la mort d'autres êtres vivants que ceux qui sont ciblés (vers de terre ou insectes pollinisateurs par exemple). Certains à faible impact sont utilisables en agriculture biologique. Leur utilisation est réglementée.



# Vidéos

## sur les légumes



**Yann Rigoulat** est chef d'exploitation, salarié de l'Association d'Éducation Populaire La Landelle. Cette association gère les jardins de La Landelle, un chantier d'insertion en maraîchage avec un objectif de production.



En savoir plus :  
[lalandelle.org/insertion](http://lalandelle.org/insertion)

Définitions de termes évoqués dans la vidéo

**Plante hermaphrodite** : se dit d'une plante qui a sur le même pied des fleurs mâles et des fleurs femelles, ou des fleurs avec à la fois des organes mâles (les étamines) et femelles (les pistils). C'est la grande majorité des végétaux.

**Résidu de presse** : c'est ce qu'il reste par exemple après le pressage du raisin quand on fait du vin. Ces résidus peuvent servir d'engrais pour le sol.

## sur la viande



**Aubin Bascoul** est membre du GAEC Mas de Médalle à Lombers. Il est aussi président de l'association des Jeunes éleveurs bio du Tarn.



En savoir plus :  
[facebook.com/GaecMasdeMedalle](https://facebook.com/GaecMasdeMedalle)

Définitions de termes évoqués dans la vidéo

**Fourrage** : foin, herbe et paille qui servent à la nourriture des animaux

**Vermifuge** : médicament qui détruit les parasites intestinaux

**Fertiliser** : nourrir la terre pour rééquilibrer le sol

## sur les fruits



**Thierry Garrigues** est arboriculteur à Senouillac au sein de l'entreprise familiale Les vergers du Bosquet.

En savoir plus :  
[les-vergers-du-bosquet.fr](http://les-vergers-du-bosquet.fr)

Définition d'un terme évoqué dans la vidéo

**Arboriculteur** : agriculteur qui cultive des arbres fruitiers

## sur les lentilles



**Gilles Astruc** est maraîcher et producteur bio au Légumes du pigeonnier à Saint-Julien-du-Puy. Dans sa production, on trouve des légumineuses (pois chiches, lentilles) ainsi que des courges, des tomates...

En savoir plus :  
[gillesastruc.fr](http://gillesastruc.fr)

Définitions de termes évoqués dans la vidéo

**Densité de population** : rapport entre la superficie occupée par la population et son effectif. Pour les animaux, on va parler de nombre de bêtes par hectare. Pour les végétaux, cela peut être le nombre de pieds au mètre carré.

**Table densimétrique** : table permettant de trier les éléments de même taille mais de poids différent. Par exemple, une lentille et un caillou de la même taille.



# Vidéos

## sur les yaourts



**Christine Fabre** est la co-gérante de la Laiterie Fabre à Vianne. Ils produisent des fromages et yaourts sous différentes marques : Laitage d'or, Vache Occitane...

En savoir plus :  
[facebook.com/laitagedor](https://facebook.com/laitagedor)

### Définitions de termes évoqués dans la vidéo

**Ferments** : bactéries vivantes qui se nourrissent du sucre du lait et le transforment en acide lactique. Ils permettent de transformer le lait en produits laitiers (yaourts, fromage...).

**Carotène** : pigment colorant rouge ou orangé. Il peut revêtir plusieurs formes. Il est utilisé par les cellules ou converti en vitamine A.

**Yaourt étuvé** : le yaourt est directement conditionné, la fermentation a lieu dans le pot, dans une pièce à température constante. Le yaourt est ferme, contrairement au brassé.

**Lait tout foin** : lait produit par des animaux nourris exclusivement à l'herbe (pâturages en été et foin issu des herbes séchées en hiver).

## sur les pâtes



**Jean-François Pigot** est le fondateur de Ba Pla Pâtes à Técoü.

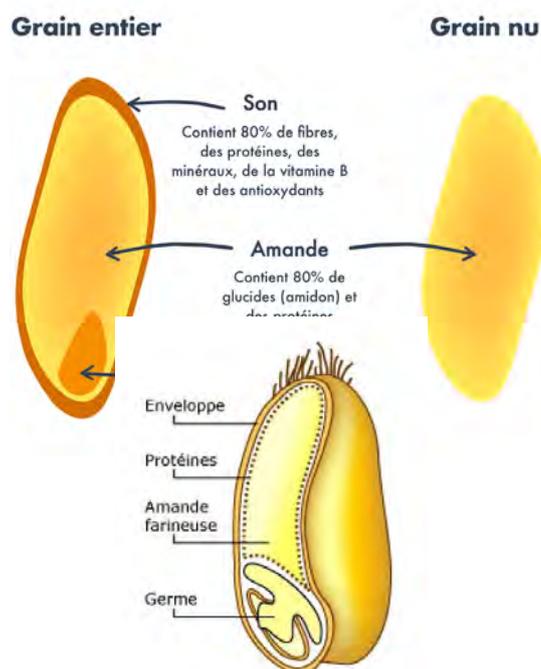
En savoir plus :  
[patesbapla.fr](https://patesbapla.fr)

### Définitions de termes évoqués dans la vidéo

**Meunerie** : c'est une usine où l'on fabrique de la farine, le plus souvent à partir de blé.

**Extrusion** : dans ce procédé, des ingrédients sont injectés dans un tube sous pression, brassés par une vis sans fin et ressortent à travers une grille qui va donner une forme et une texture précises.

### Détail d'un grain de blé



Contact : Direction du patrimoine végétal  
et environnement de Ville d'Albi : 05 63 49 15 44 / 15 47

mairie-albi.fr



**Albi**  
• MA VILLE