

# SCIENCE CAMP

Alimentation durable : comprendre et réinventer nos assiettes

Âge : 12-14 ans



## Défis autour d'une alimentation moins carnée

**Objectif général :**  
Comprendre les impacts environnementaux, sanitaires et sociaux de notre consommation



## MÉTHODES PEDAGOGIQUES

- **Expériences scientifiques guidées et protocoles expérimentaux.**
- **Ateliers sensoriels et comparatifs**
- **Jeux de rôle et débats** (loi Climat, négociation territoriale)
- **Travail collectif de restitution et synthèse des enjeux**



## CONTENU SCIENTIFIQUE

- **Composition alimentaire** : nutriments, digestibilité, allergènes
- **Transformation alimentaire et comparaison protéines végétales/animales**
- **Réglementation et acceptabilité sociale** : lois, étiquetage, débats
- **Transition territoriale et résilience alimentaire**

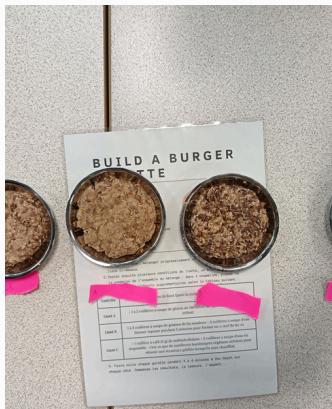




- **Scientifique** : analyser la composition des aliments, comparer protéines et transformations, comprendre les enjeux des différentes alimentations.
- **Méthodologique** : Suivre une démarche scientifique , poser des hypothèses, expérimenter, observer et conclure
- **Transversales** : développer l'esprit critique, l'argumentation, la créativité et la projection.
- **Sociales** : coopérer, débattre, négocier et restituer collectivement.

## ⌚ ACTIVITÉS

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Introduction aux termes</b>  Constitution des groupes, recherches et réflexions autour de la consommation carnée	<b>Expérimenter les alternatives</b>  Fabrication de burgers végétaux avec différents liants, tests sensoriels et comparaison avec la viande	<b>Contraintes légales et sociales</b>  Expériences sur les allergènes, observation d'étiquettes, débat sur l'acceptabilité alimentaire	<b>Transition territoriale</b>  Cartographie, réflexion sur la résilience alimentaire et jeu de rôle multi-acteurs (ONG, élus, agriculteurs...)	<b>Restitution collective</b>  Synthèse des acquis et restitution collective (poster et présentation)



	SANS LIANT	GLUTEN DE BLE
POIDS (avant/après)	53g / 26g	61g / 35g
Perte (eau/matière grasse)	non	non
ÉPAISSEUR (avant/après)	1,5cm / 1,5cm	1,5cm / 1,5cm
COHÉSION (mâche / 5-65 secondes)	3 à 4 secondes	5 à 6 secondes
JUICOSITÉ	0	0
BRUISSSEMENT	1	1
GUSTATIF	3 à 4	4 à 5
VISUEL	2,5	3 à 4



**NOTE** : Aucune connaissance préalable requise.  
Matériel utilisé : matériel de cuisine et de laboratoire, supports visuels, ordinateurs.  
Sécurité : Activités encadrées, respect strict des consignes et matériel adapté.

