

Musée & Labyrinthe Gourmands
"Oh! Légumes Oubliés"

Dossier d'Informations
Pédagogiques

Château de Belloc - 33670 SADIRAC
www.ohlegumesoublies.com



*" On n'a de l'imaginaire, en matière gustative, que si l'on a déjà un vécu,
Nous prêchons pour donner toutes ses chances à la liberté du goût"
Jacques Puisais (Institut Français du Goût)*

MUSEE & LABYRINTHE GOURMANDS

DOSSIER d'INFORMATIONS PEDAGOGIQUES

(à l'intention des Enseignants, Professeurs d'Ecoles, Responsables d'Associations ou de Centres Aérés)

Thèmes de votre Visite:

***"Découverte des Légumes Oubliés
Initiation aux Goûts
&
Histoire de l'Alimentation"***

SAISON : 2008

***5 ateliers & moments de découvertes,
pour une visite exceptionnelle !***

Ce dossier a pour but de vous aider dans l'organisation de votre sortie, de vous proposer différents thèmes de visites ou axes d'actions pédagogiques.

En une heure, ou une demie journée, nos animatrices ne peuvent pas aborder tous les sujets, qui vous sont proposés. Mais, dans tous les cas, nous essayerons de personnaliser chaque visite et d'adapter nos formules de découvertes à chaque tranche d'âge. Nous serons toujours à votre disposition, pour insister sur un sujet plus particulier.

N.B. : N'hésitez pas à nous faire part de vos suggestions, c'est avec beaucoup de plaisirs que nous en prendrons note, pour améliorer nos formules.

**Bernard LAFON - Exploitant Agricole - Château de Belloc 33670 SADIRAC - Tél. 05 56 30 62 00 - Fax 05 56 30 60 30
Email : blafon1@ohlegumesoublies.com - Sites web : www.ohlegumesoublies.com - www.alimenthus.com - Siret : 310.266.085.00029**

MUSEE & LABYRINTHE GOURMANDS : "OH ! LEGUMES OUBLIES"

Une « Ferme Educative » et un lieu unique en Europe, consacrés aux anciennes variétés de légumes et fruits comestibles, ainsi qu'à l'histoire de l'alimentation ...



Environ à 15 km à l'est de Bordeaux, vous trouverez une **exploitation agricole** des plus surprenantes où les Orties, Pissenlits, Sureau, Topinambours et Amours en Cage sont **cultivés en Bio** et considérés comme des plantes comestibles.

En effet, tous ces végétaux sont cultivés dans ce sanctuaire, qui a été primé par l'INRA et qui a déjà accueilli autour d'une formule éducative originale, des dizaines de milliers d'enfants.

Découvrir, Voir, Goûter et Comprendre :

Après une mise en garde sur la nécessité de respecter l'environnement et les dangers que peuvent représenter certaines plantes, nous proposerons aux enfants, de manière ludique :

- ❖ **La découverte en pleine nature**, des plantes sauvages comestibles,
- ❖ **La visite du Potager Conservatoire**, la reconnaissance des principaux légumes et de leur diversité,
- ❖ **Une initiation aux goûts et aux saveurs**, à partir d'une formule de « mini-repas » (en distinguant l'acide, le salé, le sucré et l'amer)
- ❖ **L'histoire des fruits et Légumes**, à travers un espace ludique : notre "Labyrinthe Gourmand"
- ❖ **avec en 2008, une nouvelle EXPO: « Energies, Climats et Alimentations »**
- ❖ **et un Espace Infos & Découvertes sur Internet.**



Informations techniques

Agréments pour Accueil Scolaire : DDASS, Pompiers, Commission Sécurité, DDCCRF, Services Vétérinaires - **Labels :** "Ferme Pédagogique" décerné par le réseau Bienvenue à la Ferme et Certification "Agriculture Biologique" contrôlée par Qualité France – 92000 Paris la Défense

Durée de la visite guidée enfants: 1 heure à 1h15

Durée totale de la visite : 2 à 3 heures

Capacité d'accueil : groupe de 25 à 30 enfants, maximum par visite guidée,

Dans le cas de groupes plus importants, nous conseillons de scinder les groupes et d'alterner notre visite, avec une autre activité : Labyrinthe Gourmand, Sentiers de Randonnées, Maison de la Poterie ou Abbaye de La Sauve, etc ...

Coin Pique-Nique : possible sur place

Période d'ouverture : pour les groupes, toute l'année sur réservation

Horaires d'Accueil : du Lundi au Vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 18h

Tarif groupe enfants - Saison 2008: 5,80 € par enfant

Gratuités : 1 pour 8 enfants jusqu'à 12 ans et 1 pour 12 enfants à partir de 12 ans

Contacts: Mme Isabelle Lafon-Lagarde - Mme Florence Lavergne - Mr Bernard Lafon
"Musée & Labyrinthe Gourmands : Oh! Légumes Oubliés"
Château de Belloc - 33670 SADIRAC

Tél: 05.56.30.62.00- email: blafon1@ohlegumesoublies.com - Fax: 05.56.30.60.30

www.alimenthus.com - www.ohlegumesoublies.com

« Les PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES »

(Thème de base)

La découverte de l'environnement alimentaire, autour des étangs



Dès votre arrivée, nous allons nous diriger vers les **deux étangs** qui font partie de la ferme. A proximité, nous apercevrons des **champs cultivés**: courges, oseille, ortie, pourpier, et verger. Peut-être, surprendrons-nous un héron solitaire, des canards, des poules d'eau ou un chevreuil ?

Sur la digue, nous découvrirons **La Pâquerette**, les **Menthes sauvages**. Puis, nous rencontrerons, **l'Ortie**, les **Plantains**, le **Pourpier** et le **Sureau** ...tout cela bien entendu au rythme des saisons !

En rentrant de cette promenade champêtre, les enfants passeront par le **Potager Conservatoire**. Autour de plusieurs petits jardins, ils reconnaîtront ce nombreux légumes et percevront l'importance de la **biodiversité**, ainsi que l'essentiel des espèces cultivées et recensées, dans la bibliographie de la fin du XIXe siècle.

Connaître le Sauvage Comestible :

Autrefois, notre alimentation était constituée par des céréales, des choux, des graines et surtout des plantes sauvages. Celles-ci étaient appelées “**Herbes à Pot**” parce qu'elles permettaient de préparer le **potage**, dans **un pot en terre cuite**.

Ensemble, nous pourrions découvrir et goûter :

- ⇒ **la Pâquerette** avec sa saveur aigrette,
- ⇒ **la Menthe aquatique** et son parfums puissant, qui vous rappellera le thé ou le chewing-gum...
- ⇒ **l'Ortie** et ses poils urticants : pourquoi fait-elle mal ? Certains courageux pourront la toucher sans se piquer ! Sait-on qu'elle est consommée depuis l'époque romaine et qu'elle **se cuisine** en soupe, purée, quiche, etc...
- ⇒ **le Plantain** “magique” : il soigne les piqûres d'orties avec une étrange saveur de champignon,
- ⇒ **le Pourpier** : qui rampe et couvre le sol. Il est croustillant, juteux et peut se cuisiner en salade !



MENTHE SAUVAGE

Dans tous les cas, il s'agira de découvertes, qui suivront le fil des saisons...!

Informations techniques :

Pratique : durant les journées de pluie, nous vous suggérons de munir les enfants de bottes, de parapluies ou de vêtements imperméables, afin que la visite se déroule dans les meilleures conditions (la visite extérieure ne dure que 30 à 40 minutes).

Importance de la promenade : environ 250 mètres Aller-retour

Encadrement : 1 animatrice guide / 30 enfants environ

2^{ème} Atelier : VISITER & DECOUVRIR ! « le POTAGER CONSERVATOIRE »

La découverte des Fruits & Légumes, à travers l'observation des collections, cultivées dans notre Potager & Verger Conservatoire.



Dès votre arrivée, nous allons nous diriger vers les quatre parties essentielles du Potager Conservatoire. A proximité, nous apercevrons également le Verger, où l'on sauvegarde plus de 80 variétés de poires et de pommes.

Nous découvrirons ensemble, à travers tous nos sens (la vue, l'odorat, le toucher et le goût), les principaux légumes que l'on consomme, ainsi que les différents éléments botaniques des végétaux comestibles (racines, feuilles, fleurs, fruits, graines) !

Connaître les principaux légumes & fruits :

Aujourd'hui, on ne sait pas toujours comment pousse une carotte (!) et le terme de légume est générique. La plupart du temps, les enfants ne font pas la différence **entre la racine, la feuille, la fleur, le fruit et la graine** des végétaux qu'ils consomment quotidiennement.

Au fil des saisons, nous allons donc découvrir en fonction du goûter, du temps disponible et de l'attention des enfants :

- ⇒ la saveur acide de l'**Oseille**
- ⇒ le **Topinambour** et ses souvenirs de guerres
- ⇒ l'**Amour en Cage** et son aspect « lanterne »

Peut-être apercevrons-nous des **Tomates-poires** et des **Haricots d'Espagne**, des **Capucines comestibles**... ?

Il existe également, le **jardin des Légumes Fleurs**, le **jardin des Simples**, le **jardin Sauvage**, le **jardin des Cucurbitacées**, le **Grand Verger** et l'allée **des Petits Fruits**. Vous pourrez, si votre disponibilité le permet, y promener les enfants après votre visite.



Une exposition de poteries monumentales de Coralie Courbet , vient compléter et animer cet espace.

Informations techniques :

Pratique : durant les journées de pluie, nous vous suggérons de munir les enfants de bottes, de parapluies ou de vêtements imperméables afin que la visite se déroule dans les meilleures conditions (la visite extérieure dure environ 30 à 35 minutes).

Importance de la promenade : une centaine de mètres (potager situé devant la salle de Goûter)

Encadrement : 1 animatrice guide / 30 enfants environ

La visite et la découverte de l'exposition de poteries monumentales se fait librement.

Les explications et les analyses sont laissées à l'appréciation des enseignants.

3^{ème} Atelier : GOUTER & RECONNAÎTRE !

« INITIATION aux GOÛTS & aux SAVEURS »

du plaisir des yeux, au plaisir du goût : aux Légumes Oubliés, la semaine du goût, c'est toute l'année !



Afin de compléter la connaissance des plantes sauvages, et du potager, nous proposerons chaque fois, aux enfants et aux accompagnateurs, de partager une initiation à la **découverte gustative**. Celle-ci intègre les **4 grands principes de base du goût**, que sont l'**acide**, le **salé**, le **sucré** et l'**amer**.

Votre animatrice saura attirer l'attention des enfants sur :

- la structuration d'un repas,
- les différentes saveurs,
- et l'importance de la **diversité alimentaire**.

Goûter les saveurs oubliées :

Au rythme des saisons, nous vous proposerons de découvrir autour d'une table, à l'intérieur de notre ferme :

- ⇒ **en entrée** : les saveurs acides avec une boisson sans alcool, à base de verjus, accompagnée de petits condiments (pâtissons, topinambours)
- ⇒ **en plat chaud** : le salé avec une quiche aux orties, ou aux pâtissons suivant les récoltes
- ⇒ **puis le sucré** avec la découverte de deux confitures (fruits sauvages, fleurs ou légumes)
- ⇒ **et pour terminer, une saveur douce-amère** avec une boisson aux plantes.



Informations techniques :

Cette dégustation a lieu à l'intérieur de la ferme, face au potager, dans une salle charmante, dont les murs abritent chaque saison une nouvelle exposition.

Une fiche recette indicative sera offerte à chacun des enfants au moment de son départ, ainsi qu'un sachet de graines de légumes oubliés pour le groupe

Durée du goûter : 30 minutes

*Capacité d'accueil : 25 à 30 enfants maximum à chaque goûter
Possibilité d'accueillir 2 groupes simultanément en inversant la visite*

Formule Certifiée par les labels " Goûter à la Ferme " et " Ferme Pédagogique ".

Structure agréée par le C.D.T et l'O.T.E.M

4^{ème} Atelier : JOUER & RECHERCHER ! « Le Labyrinthe Gourmand »

Thème de base: "l'HISTOIRE de l'ALIMENTATION & des LEGUMES "



Il s'agit d'un espace ludique et permanent, que vous visiterez librement, afin de mieux comprendre la vaste évolution des goûts et l'influence du climat et des sources énergétiques sur nos pratiques alimentaires !

En partant à la recherche de "la Potion Magique », les enfants découvriront les multiples introductions végétales, qui se sont succédées au fil des siècles. Avec le support de jeux que nous vous proposerons, vous les aiderez à ordonner les images, afin de percevoir les grands bouleversements de notre alimentation.

Connaître l'évolution des pratiques alimentaires :



De Cro-Magnon à l'Odyssée de l'espace, vous découvrirez avec les enfants les grandes étapes de nos habitudes alimentaires, ainsi que **les différentes périodes d'introduction** de nos principaux fruits et légumes.

Cette **vaste fresque muséographique** vous permettra de percevoir l'évolution de nos pratiques, d'appréhender les problèmes nutritionnels qui en découlent et de découvrir aussi bien, de nombreuses recettes que des spécialités historiques.

Dans un univers végétal, constitué d'osier tressé, régulièrement brumisé au moment des grosses chaleurs, vous remonterez le temps, afin de savoir :

"Qu'est-ce qu'on mange ? Qu'est-ce qu'on mangeait ? et quel a été le rôle du climat et des sources énergétiques disponibles !"

EXPO 2008 : « Energies, Climats & Alimentations »

Quant aux enjeux du réchauffement climatique et de l'alimentation de demain, vous les découvrirez au moment de votre sortie !



Cette formule est située à proximité de nos toilettes, qui ont été construites en Eco-Construction.
Une exposition pédagogique vient compléter cette démarche, afin d'en expliquer les enjeux !

Informations techniques :

Surface totale du labyrinthe: 1.600 m²

Longueur du parcours et du dédale: 700 m

Durée de la visite: 30 à 60 minutes

Formule de la visite: Libre, sous la responsabilité des enseignants, avec possibilité de choix entre 2 formulaires de jeux, en fonction de l'âge des enfants.

Partenaires Scientifiques: Annie Hubert (C.N.R.S) – JM Jancovici (GIEC) - Clotilde Boisvert, etc ...

Exposition sur l'Eco-Construction : 4 panneaux pédagogiques.

5^{ème} Partie : PROLONGEZ votre VISITE, avec des Infos & des Découvertes sur : www.alimenthus.com

Un site de ressources, de jeux et d'animations,
autour de l'alimentation, la santé, l'environnement et le terroir !



Cette action est destinée aussi bien aux acteurs éducatifs, qu'à un public familial. Elle a pour objectif de renouveler notre regard sur la nutrition et l'environnement, tout en remettant du sens dans nos assiettes et en remplaçant l'acte alimentaire, dans **une logique, aussi bien culturelle que ludique !**

Elle s'inscrit en prolongement de nos actions pédagogiques sur site, afin de proposer les meilleures sources d'informations et d'animations, pour construire et imaginer des projets de sensibilisations et de découvertes, autour de la nutrition et de la nature !

Ce site est à la fois novateur et original. Nous l'avons conçu autour de 3 pôles :

- une **partie informations et de ressources**, autant sur l'historique que sur l'actualité,
- un **espace jeux, outils éducatifs et animations gastronomiques**,
- **une zone marchande**, capable de vous fournir dans les 48 heures, une large diversité d'outils pédagogiques, tel que des spécialités gastronomiques, des sources bibliographiques ou musicales et des « graines historiques » !

Informations techniques :

Contact : <http://www.alimenthus.com> ou www.alimentus.fr

Contenus et domaines d'informations :

- 1 - *News et actualités* autour du Bio, de la nutrition, de la gastronomie et de la nature,
- 2 - *Pages historiques* sur l'odyssée de l'alimentation, organisées autour de 5 grandes époques : la Préhistoire, l'Antiquité, le Moyen Âge, les Terroirs et Demain ?
- 3 - *Pages marchandes* avec produits gastronomiques, graines, livres et sources d'animations, classés par époques historiques
- 4 - *Pages d'animations gastronomiques*, avec formules thématiques et idées de home cinéma,
- 5 - *Pages de jeux et de quizz*, autour de thèmes tels que l'environnement, la santé, l'alimentation,
- 6 - *Pages contacts*, philosophie et éthique, infos techniques, liens et recommandations.