



**La fête
des fruits
et légumes frais**

Événement

Vivez la fraîch'attitude

Ouvert à tous

Du lundi 11 juin au mercredi 27 juin 2018

Et une journée spéciale le vendredi 22 juin au Quai des Plantes

La fête des fruits et légumes frais

15 jours pour manger, bouger, respecter son environnement et s'informer sur les fruits et légumes frais dans les différents quartiers nantais

QUARTIER Nantes Sud

Lundi 25 juin

À partir de 9h45

Atelier cuisine participatif

Découvrez des recettes visant à promouvoir la consommation de fruits et légumes de saison et alliez plaisir et petits prix !

Vous partagerez ensuite votre repas entre 12h15 et 14h30.

- Sur inscription auprès de la CLCV Nantes : 07 83 01 08 68.
- Ouvert à tous :
1,50€ pour les cuisinier.ère.s
ou 3,50€ pour les invité.e.s
- Maison de quartier des confluences,
4 place du muguet nantais
2^{ème} étage salle activité 1

QUARTIER Île de Nantes

Vendredi 15 juin

De 15h30 à 18h

Participez à un **Goûter dansé** animé par le musicien Sébastien Gloriod

- Ouvert à tous
- Maison de quartier de l'île,
2 Rue Conan Mériadec

Mardi 19 juin

À partir de 14h30

Balade santé spéciale fête des fruits et légumes frais, une balade en direction des jardins du parc de la crapaudine

- Rendez-vous à 14h30
- À la Maison de quartier de l'île,
2 Rue Conan Mériadec

Vendredi 22 juin

De 15h30 à 19h

Préparation d'un goûter et apéritif jusqu'à 19h avec les familles, enfants du quartier et les résidents de la halte de nuit

- Halte de nuit
- Au jardin'halte : 6 rue de Hercé
- Bus 26 et Chronobus C5 : arrêt République ;
Tram ligne 2 et 3 : arrêt Vincent Gâche

Mercredi 27 juin

À partir de 9h30

Venez déguster un petit déjeuner spécial fruits frais

- Participation 1€
- Maison de quartier de l'île,
2 Rue Conan Mériadec



QUARTIER Bellevue

Mardi 12 juin

De 14h à 16h30

Atelier Cuisiner Malin
Venez partager un moment convivial et préparer des recettes originales et à petits prix autour des fruits et légumes de saison.

- Ouvert à tous, sans inscription
- Participation de 1€ par personne
- Salle festive de la Maison des Habitants et du Citoyen de Bellevue, Place des Lauriers
- CLCV Nantes, renseignements au 02 40 43 42 84

Mercredi 13 juin

De 10h à 11h30

Découverte d'une séance de gym pour reprendre l'activité physique en douceur avec sports pour tous

- Avec des dégustations à base de fruits et légumes
- Maison des Habitants et du Citoyen de Bellevue, Place des Lauriers
- Tram 1 : Lauriers

Samedi 16 juin

À partir de 10h

Tournoi street soccer Ufolep 5*5 et initiations activités urbaines : 1 contre 1, double dutch, hip hop, graff

- Avec des cocktails de fruits frais proposés par Rapi
- Place des Lauriers



Mercredi 20 juin

De 9h30 à 15h30

Journée découverte du pavillon du compostage et du site de maraîchage bio d'Océan

- **9h30** : rendez-vous Place des Lauriers pour une petite déambulation matinale vers le Clos Fleuri à Saint-Herblain pour une découverte du Pavillon de compostage avec une démonstration faite par Environnements Solidaires
- **10h30** : départ pour le site de maraîchage BIO d'Océan à Couëron en car affrété dans le cadre de la démarche Reflet avec une visite du chantier
- **12h45 à 13h45** : dégustation de galettes (vous pouvez aussi apporter votre pique-nique)
- **14h à 15h** : atelier jardinage : repotage d'un plant avec le compost du Clos Fleuri
- **15h30** : retour sur Bellevue
- Inscriptions auprès de :
Danièle PERRET 07 60 52 57 24
Sophie MARLIAC 07 60 52 85 61
Accès : Place des Lauriers : ligne tram 1 arrêt place des Lauriers
- Rdv devant la fresque «La Boutik»

Jeudi 21 juin

À partir de 14h

Atelier jardinage de saison avec Croq Jardin

- Venez à la rencontre des abeilles sauvages et autres pollinisateurs, plantes aromatiques et médicinales
- Potager des Oblates, parcelle du CCAS

Vendredi 22 juin

De 9h30 à 12h

Atelier cuisine à l'Éco appart
Découvrez des recettes visant à promouvoir la consommation de fruits et légumes de saison et allier plaisir et petits prix !

- Ouvert à tous, sur inscription à l'Éco appart.
- Possibilité de rester déjeuner sur place et déguster les préparations ou prévoir des boîtes hermétiques pour les emmener chez soi
- 20 boulevard Romanet
Tel : 02 40 99 28 02 / 28 97



QUARTIER Dervallières

Vendredi 22 juin

À partir de 12h

Derv' à la table des fruits et légumes

- Repas servi à 12h à la salle festive des Dervallières, 5 rue Auguste Renoir
- De 5 à 8€ selon les ressources
- Inscription et paiement auprès d'Agora Derv au 06 23 62 33 70 jusqu'au 19 juin

QUARTIER Bottière

Mercredi 13 juin

Rendez-vous après l'école au parc du Grand Blottereau avec votre pique-nique coloré pour un déjeuner ensemble suivi d'une rando-balade

- À vos sandwiches, salades, boissons rafraîchissantes avec des fruits et légumes pour petits et grands et des chaussures confortables !
- Informations et inscriptions : contact@anaf.asso.fr ou au 02 40 73 73 09
- Parc du Grand Blottereau

QUARTIER Centre-Ville

Jeudi 14 juin

À 9h30

Des fruits au petit déjeuner !

- Rencontre au foyer de jeunes travailleurs Edit de Nantes - 1 rue de Gigant
- Participation de 1€

QUARTIER Breil

Mercredi 20 juin

À partir de 13h15

Cueillette de fraises à la ferme de la Chasseloire

- Rendez-vous à 13h15 à la Maison de quartier du Breil - 52 rue du Breil
- Déplacement en bus
- Gratuit, mais prévoir son titre de transport

Vendredi 22 juin

À partir de 9h

Petit déjeuner fruité

- Maison de quartier du Breil - 52 rue du Breil
- Tarif : 1.50€

QUARTIER Malakoff - Saint-Donatien

Mercredi 13 juin

À partir de 14h30

Préparation et dégustation d'un goûter avec des fruits frais à la Pause de la Cigarière

- Salle de la cigarière, 3 cours Jules Durand
- Contact : 06 88 73 77 27

QUARTIER Nantes Nord

Lundi 11 juin

De 10h à 15h

Table d'hôte : confection et partage d'un repas pour retrouver le plaisir de manger ensemble des fruits et des légumes.

- L'Escale - 12 rue Paul Claudel.
- Renseignements et inscription avant le 5 juin 2018 : 06 80 76 64 84 ou 02 40 99 28 51

Mercredi 13 juin

De 9h15 à 11h30

Sortir ensemble pour cueillir des fruits et des légumes.

Cueillette et achat de fruits et des légumes à la ferme Chasseloire

- Rendez-vous devant l'Escale 12 rue Paul Claudel
- 1€ de participation pour le co-voiturage
- Renseignement et inscription avant le 8 juin : 06 80 76 64 84 ou 02 40 99 28 51

Mardi 19 juin

À partir de 14h

Atelier cuisine à partir de 14h pour préparer le goûter

- Station gourmande rue de la coulée (au pied de la salle Winnipeg) 7 Rue de Hamilton

Puis à la sortie de l'école, goûter et atelier cosmétique à base de légumes et fruits. (Re)découvrez le plaisir des fruits et légumes, que ce soit pour le plaisir des yeux, de les consommer et de s'en tartiner !

Jeudi 21 juin

De 14h à 16h

Atelier cuisine

Préparez le dessert qui sera servi lors du repas « fête le détour » le 22 juin. Ce dessert sera réalisé à base de fruits et légumes récupérés.

- Pour participer à la récupération des fruits et légumes et/ou l'atelier cuisine le 21 juin, contact : 06 81 14 90 44

Vendredi 22 juin

À partir de 14h

Atelier cuisine

Préparez le repas « fête le détour »

- Avec des animations autour du livre dès 16h, un spectacle à 18h et repas à partir de 19h
- Contact : 06 81 14 90 44

Dimanche 24 juin

À partir de 8h30

Avec Ethiquette - Centre socio-culturel du Bout des Landes

- Cueillette et achat Ferme Verger du Bois Macé
- Sur inscription en covoiturage (si voiture personnelle gratuit, sinon 5€)
- Contact : 02 40 76 15 52

Dimanche 17 juin

Dans le cadre des dimanches à la ferme,

Prépare ton pique-nique !

Cette année encore les fruits et légumes frais s'invitent à la ferme de la Chanterie, c'est l'occasion pour les petits chefs de réaliser une recette de pique-nique vitaminé et de repartir avec de belles surprises.

- Intervention d'Interfel (Interprofession de fruits et légumes frais).
- À la ferme de la Chanterie Route de Gachet, Nantes
- Chronobus C6, descendre à l'arrêt Chanterie - Grandes Écoles



Vendredi 22 juin - Quai des plantes

Journée d'animations avec des enfants d'écoles ayant participé à des projets sur l'alimentation, la nutrition santé, les jardins avec pour certaines la participation au concours artistique « Donne du sens à ton assiette ! » proposé par le comité de Loire Atlantique de la Ligue contre le cancer.

Au programme :

- > **La potion fraîch'attitude :**
atelier préparation d'un cocktail vitaminé aux fruits de saison
- > **Brochettes arc-en-ciel :**
les tous petits sont invités à préparer leur brochette arc-en-ciel avec les chefs d'un multi-accueil
- > **Les fruits et légumes dans tous les sens :**
découverte sensorielle des fruits et légumes frais
- > **«Ma pause goûter» :** imagine un goûter équilibré qui te ressemble
- > **Découverte de créations artistiques sur l'alimentation :** des artistes en herbe d'écoles venant de tout le département te proposent de donner du sens à ton assiette à travers des oeuvres originales
- > **Fruits, légumes et sport :**
découverte des fruits et légumes de saison à travers des ateliers d'activités physiques et sportives
- > **Du Panier Au Jardin :**
un parcours ludique pour sensibiliser à la réduction des déchets et du gaspillage alimentaire
- > **Des arbres qui voyagent... :**
balade ludique à la découverte des arbres et graines de la pépinière éphémère.

... Encore d'autres surprises

Et le midi, après le pique-nique, un buffet de fruits frais sera proposé aux enfants par la restauration scolaire municipale.

Rdv le 23 juin

À partir de 10h pour :

- > découvrir les travaux artistiques des enfants ayant participé au concours « Donne du sens à ton assiette » du comité de Loire Atlantique de la Ligue contre le cancer,
- > préparer des fraîch'smoothies, des jus, sa boisson hydratante de sportif pour faire le plein de vitamines et d'énergie !

Ces activités sont proposées dans le cadre du festival Nantes Terrain de jeu
Carrière Misery, Chantenay
Quai de l'Aiguillon - 44000 Nantes





D'AUTRES OCCASIONS DE DÉGUSTER FRUITS, LÉGUMES ET PLANTES

DANS LES ÉCOLES

DU 11 AU 15 JUIN

Les cantines ont la fraîcheur : les restaurants de la Ville de Nantes proposent des menus qui font la part belle aux fruits et légumes de saison.

DANS LES MULTI-ACCUEILS PETITE ENFANCE

Des animations et ateliers sont organisés autour de la cuisine, avec la participation des parents dans plusieurs multi-accueils (Santos Dumont, Boissière et Bouts des Landes, chêne des anglais). Des enfants des multi-accueils de Bellevue et Manufacture viendront aussi découvrir le Quai des plantes et participer à l'atelier brochettes arc-en-ciel.

DANS LES RÉSIDENCES AUTONOMIE ET LES EHPAD

MARDI 19 JUIN

À la résidence la Cerisaie, atelier intergénérationnel avec les enfants de la crèche

JEUDI 21 JUIN

À l'EHPAD Hirondelle de Sèvre : réalisation de brochettes de fruits et de légumes avec les résidents et visite chez un producteur local de légumes

À L'OCCASION DE PROJETS DE QUARTIER

MERCREDI 20 JUIN

Atelier cuisine et repas partagé avec les participants au défi santé « Manger mieux et bouger plus » proposé dans le cadre du réseau local de santé de Nantes-Est

Découvrez de nombreuses recettes à base de fruits et légumes frais sur
lesfruitsetlegumesfrais.com

LES PARTENAIRES DE L'ÉVÉNEMENT

Merci à l'ensemble des partenaires qui se sont investis pour l'édition 2018 de la fête des fruits et légumes frais et qui œuvrent tout au long de l'année à promouvoir la santé des Nantais en bougeant plus et mangeant mieux de manière ludique et pédagogique.

ACCORD, ADT, Agora Derv, ANAF, Association Du Pain sur la planche, Banque alimentaire de Loire Atlantique, Casse ta routine, CLCV Nantes (Consommation, logement et cadre de vie), collectif « du panier au jardin », Comité de Loire Atlantique de la Ligue contre le cancer, Du pain sur la planche, INTERFEL, Nantes Action Périscolaire, Océan, ORPAN, Paq la Lune, RAPI, Résidence la Cerisaie, Sports pour tous, UFOLEP 44



ALL NANTES 02 40 41 9000
www.nantes.fr



Nous contacter

Par courrier postal Hôtel de Ville de Nantes
2 rue de l'Hôtel de Ville - 44094 Nantes Cedex 1
Accueil du public 29 rue de Strasbourg - 44000 Nantes