

## La sélection de Marthe (Espace Environnement)

Une sélection d'ouvrages en lien avec « L'ErE & inclusion sociale par l'alimentation »

### Acheter local et de saison en été

Acheter local et de saison en été : Comment s'y prendre et faire les bons choix ? [texte imprimé]. - juin 2010. - Bruxelles (1200, Belgique) : Bruxelles Environnement - IBGE, 2010. - 4 p.: ill.. - (alimentation & environnement) .

**Note de contenu** : + 3 recettes durables en p. 3 et 4

---

### Acheter local et de saison au printemps

Acheter local et de saison au printemps : Comment s'y prendre et faire les bons choix ? [texte imprimé]. - mars 2011. - Bruxelles (1200, Belgique) : Bruxelles Environnement - IBGE, 2011. - 4 p.: ill.. - (alimentation & environnement) .

**Note de contenu** : + 3 recettes durables en p. 3 et 4

---

### Alimentation durable à Bruxelles : des projets qui portent leurs fruits

Alimentation durable à Bruxelles : des projets qui portent leurs fruits  
in **Ma ville notre planète N° 84 (décembre 2013)**. - p. 4-5

**Note de contenu** : - Epicerie sociale durable et participative au CPAS de Berchem-Sainte-Agathe : un projet social global et une philosophie environnementale  
- Rencontre des continents : devenir "Maître-cuisinier" ? un enjeu pour le changement social  
- ULB : "Qu'est-ce qu'on mange au Kot", marché bio et ateliers culinaires

---

### Alimentation. Production : de la terre à l'assiette / Dubois, Christophe

Alimentation. Production : de la terre à l'assiette / Dubois, Christophe, Auteur; Teret, Céline, Auteur

in **Symbioses N° 87 (3ème trimestre 2010)**. - 6-21

**Note de contenu** : - Que pensent les agriculteurs de demain ?  
- Du poulailler à l'omelette, du verger à la compote (Ecole communale de Fagnolle)  
- Petits et papys au pays des semis (Jardin des couleurs, le Début des Haricots)  
- L'agriculteur professeur (Ferme de Fancheumont)  
- Cours de cuisine écologique, politique, pédagogique (asbl Rencontre des continents)  
- L'ErE met les pieds dans le plat (12e Rencontres de l'Education relative à l'Environnement)  
- La table ronde des OGM  
- Denrées made in Belgium  
- Outils pédagogiques  
- Adresses utiles

---

### Bilan de la Journée de rencontre des Groupements d'Achats Alimentaires - GAA. / de Gaultier, François; Dupont, Marie; Verdure, Christophe; Parizel, Dominique

Bilan de la Journée de rencontre des Groupements d'Achats Alimentaires - GAA. : 26 février 2011, Namur. / de Gaultier, François, Auteur; Dupont, Marie, Auteur; Verdure, Christophe, Auteur; Parizel, Dominique, Auteur

in **Valériane N° 89 (mai - juin 2011)**. - p. 6-15

**Note de contenu** : + Quelles règles juridiques pour les groupements d'achats ?  
+ Interview de Denise Van Dam : "On est vraiment dans le mouvement social" !

---

### Davantage de bien-être pour les publics précarisés

## La sélection de Marthe (Espace Environnement)

Une sélection d'ouvrages en lien avec « L'ErE & inclusion sociale par l'alimentation »

Davantage de bien-être pour les publics précarisés  
in **L'Observatoire N° 60 (février 2009)**. - p. 17-92

**Note de contenu:** - Invention du bien-être, invention d'une politique du vivant (D. Vrancken)

- Le Bien-être ou la fabrique de la normalité (S. Laoureux)
- Le Bien-être: une construction individuelle et collective? (P. Trefois & M. Pettiaux)
- Le pouvoir d'achat & le panier de la ménagère... pauvre (R. Cherenti)
- Elaborer des indicateurs de progrès dans le Bien-être avec la participation des citoyens: une proposition du Conseil de l'Europe (G. Farrell)
- Bien-être & cohésion sociale en Région wallonne (C. Jansen)
- Participation, Bien-être & précarité (F. De Boe et H. Van Hootegem)
- Ougrée.be, la participation citoyenne pour lutter contre la précarité (J.M. Delvoeye)
- Comment penser le Bien-être des publics précarisés? (B. Bacq)
- L'Article 27, ouverture à soi, aux autres, à la culture (D. Noël et C. Legros)
- Le Bébé Bus Basse Sambre, une halte accueil qui développe des projets citoyens (Cl. Pescarollo)
- Prendre soin de soi... un itinéraire vers le bien-être (K. Bailly)
- Bien-être & Santé (P. Trefois)
- Alimentation, Santé & Bien-être (G. Houioux)
- Pollutions, habitat, précarité: comment améliorer la communication? (D. Francenne, A. Thibaut)
- La Maison des Familles, un espace Bien-être où d'aidé, on devient aidant (M. Denis & O. Catoire)
- La Ferme de la Vache, un projet qui allie valorisation du patrimoine, insertion & dynamisation communautaire (I. Aguelmin)
- De l'expérience individuelle à l'expertise au service des citoyens précarisés (Equipe "Experts du vécu en matière de pauvreté et d'exclusion sociale")

---

### Dossier : Alimentation. Consommation : de l'assiette à la Terre (2)

Dossier : Alimentation. Consommation : de l'assiette à la Terre (2)  
in **Symbioses N° 88 (4ème trimestre 2010)**. - 6-21

**Note de contenu:** - L'éco-alimentation, un savoureux défi éducatif

- Cuisiner et manger durable à l'école
- Le SlowFood s'invite au resto
- La « gamelle scout » saine et locale
- Bons plans de consomm'acteurs
- Diversité culturelle sur la table publique
- Manger durable sans le sou ?
- Alimentation durable en collectivité
- Sélection d'outils pédagogiques et informatifs
- Sélection d'associations et institutions.

---

### A l'école d'une alimentation saine. A table les cartables. / Coordination Education/Santé

A l'école d'une alimentation saine. A table les cartables. [texte imprimé] / Coordination Education/Santé, Auteur. - [S.l.] : Communauté française., 2001.

---

### Faire son miel des circuits courts / Binet, Hélène

Faire son miel des circuits courts / Binet, Hélène, Auteur  
in **Terra eco N° 25 (mai 2011)**. - p.70-71

**Résumé:** Ni club de voisins, ni Amap, ni réseau social... mais un peu de tout ça à la fois

## La sélection de Marthe (Espace Environnement)

Une sélection d'ouvrages en lien avec « L'ErE & inclusion sociale par l'alimentation »

et plus encore. "La Ruche qui dit oui" relie groupes de consommateurs et divers producteurs via un coordinateur et un site internet.

---

### Fruits et légumes locaux et de saison. / Observatoire Bruxellois de la Consommation Durable

Fruits et légumes locaux et de saison. [texte imprimé] / Observatoire Bruxellois de la Consommation Durable, Auteur. - Bruxelles (Belgique) : CRIOC (Centre de Recherche et d'Information des Organisations de Consommateurs), 2006.

---

### La gratuité, une "utopie concrète" ? / Lauters, Guillemette

La gratuité, une "utopie concrète" ? / Lauters, Guillemette, Auteur  
in **L'art d'éco... consommer N° 99 (janvier 2014)**. - p. 3-6

**Note de contenu:** - Le gratuit contre la surconsommation, "Apporte ce que tu veux, prends ce que tu veux"

- Le gratuit contre le gaspillage alimentaire
  - Le gratuit pour une autosuffisance alimentaire
  - Serait-il possible de "vivre gratuitement" dans notre société ?
- 

### Guide de l'alimentation durable à Bruxelles. / Observatoire Bruxellois de la Consommation Durable

Guide de l'alimentation durable à Bruxelles. [texte imprimé] / Observatoire Bruxellois de la Consommation Durable, Auteur. - [S.l.] : IBGE (Institut Bruxellois de Gestion de l'Environnement) ; Bruxelles (Belgique) : CRIOC (Centre de Recherche et d'Information des Organisations de Consommateurs), 2009.

---

### Habitat et alimentation écologiques pour tous

Habitat et alimentation écologiques pour tous (dans Dossier : Economie solidaire et écologie, des richesses insoupçonnées)  
in **La Revue Durable (mars/avril/mai 2009)**. - p. 34-36

---

### Initiatives citoyennes, l'économie sociale de demain ?

Initiatives citoyennes, l'économie sociale de demain ? [texte imprimé]. - Monceau-sur-Sambre (Belgique) : SAW-B (Solidarité des alternatives wallonnes et bruxelloises), 2010. - 156 p.

ISBN 978-2-960079-52-4.

**Résumé :** Un travail exploratoire de projets portés par la société civile, qui pourraient s'intégrer au mouvement social de l'économie alternative. Ces dernières années, de nombreuses initiatives économiques sont nées autour de petits projets associatifs. Menées par des individus dont ce n'est, a priori, pas la spécialité, elles reposent quasi exclusivement sur une logique domestique. Actions collectives actrices de changement social, ces initiatives attirent inmanquablement l'attention de l'économie sociale. Peut-on y voir les contours de « l'économie sociale de demain » ? Quelle est leur capacité à « faire économie » ? Quel est le « potentiel de pérennité » de ces structures, portées par des bénévoles?

## La sélection de Marthe (Espace Environnement)

Une sélection d'ouvrages en lien avec « L'ErE & inclusion sociale par l'alimentation »

**Note de contenu** : - De l'initiative citoyenne à l'entreprise d'économie sociale (Sybille Mertens)

- Alimentation et circuits courts (Jean-Marie Coen)
- Energies citoyennes / éoliennes (Jean-Marie Coen)
- Les systèmes d'échange local en Belgique (SEL) (Bernard Bayot)

---

### Du jardin à l'assiette / Lebrun, Bernadette

Du jardin à l'assiette : Conseils, Bases, Recettes [texte imprimé] / Lebrun, Bernadette, Auteur. - Jambes (5100, Belgique) : Nature & Progrès, 2011. - 142 p.. - (Les éditions de Nature & Progrès; 33) .

ISBN 978-2-930386-45-4.

**Résumé** : S'il en conserve tous les avantages, Du jardin à l'assiette est cependant bien plus qu'un simple livre de cuisine !

Derrière les conseils et les recettes proposées, Bernadette Lebrun propose un état d'esprit positif et inventif. Voici comment l'auteur introduit son livre :

« Cuisiner, c'est tisser des liens avec ceux qui nous entourent tout en laissant libre cours à la créativité si importante pour une vie épanouie. Pour cela, apprenons à nous faire confiance et à imaginer les associations de saveurs au gré de nos intuitions. Des pistes sont décrites dans ce livre : à nous de sortir des sentiers battus. Cuisiner nous donne l'occasion de mettre tous nos sens en éveil et de vivre pleinement l'instant présent. »

En toile de fond, on retrouve bien sûr un profond respect des rythmes des saisons et des saveurs naturellement présentes dans les produits de la nature, avec une pointe de dépit par rapport aux modes culinaires : « Trop souvent, les livres de cuisine sont déconnectés des valeurs et des réalités ; ils nous présentent des recettes certes alléchantes, mais regorgeant d'ingrédients exotiques, chers ou peu disponibles ; ils ne tiennent pas ou trop peu compte des saisons de récolte ; bref, ils sont peu réalistes, inadaptés à la vie de tous les jours. Ici, nous avons voulu mettre à la disposition des jardiniers, et particulièrement des plus jeunes, toute la sagesse et le bon sens de recettes simples et concrètes. »

- Note de contenu** :
1. Le goût
  2. Les utilisations les plus simples
  3. Au fil des saisons
  4. Extras, techniques particulières et desserts

---

### Jardins des villes jardins des gens / Education à l'environnement urbain en Bretagne

Jardins des villes jardins des gens [texte imprimé] / Education à l'environnement urbain en Bretagne, Auteur. - [S.l.] : Education à l'environnement urbain, 1999.

**Résumé** : Photocopie\* Betton : jardinage au service d'accueil de jour\* Brest : jumelage Brest-Açores pour sauver les plantes\* Lanester : la ferme pédagogique de Saint-Niau\* Lannion : les jardins familiaux du Roudour\* Plouzané : le jardin de l'école maternelle Kroas Saliou\* Quimper : le jardin familial de Prat-ar-Rouz\* Quimper : le jardin de la communauté turque\* Redon : les jardins de Saint-Conwoïon, un potager à vocation sociale\* Rennes : jardinons nos rues avec l'association Rennes>Jardin>\* Rennes : un jardin au pied des tours du quartier de>Maurepas>\* Rennes : cuisine et jardinage avec le Centre social du>Landrel>\* Rennes : le jardin des Restos du coeur>\* Saint-Brieuc : la ferme pour enfants de la Ville Oger>\* Vannes : les jardins de Ménimur et de Kercado

---

## La sélection de Marthe (Espace Environnement)

Une sélection d'ouvrages en lien avec « L'ErE & inclusion sociale par l'alimentation »

### Mange ton assiette / Eduquer à la biodiversité par l'alimentation

Mange ton assiette / Eduquer à la biodiversité par l'alimentation = Eet je bord leeg! / Educatie over biodiversiteit via voeding [texte imprimé]. - Bruxelles (Belgique) : Secrétariat général du Bénélux, 2011. - 2 x 13 p.

Deux publications reliées ensemble :

1 - Mange ton assiette ! Alimentation et éducation au développement durable (27, 28 & 29 octobre 2010, Weicherdange, Grand-Duché de Luxembourg)

2 - Eduquer à la biodiversité par l'alimentation (8 novembre 2011, Gembloux, Belgique) .

---

### Manger bien, jeter moins

Manger bien, jeter moins [texte imprimé]. - Bruxelles (1200, Belgique) : Bruxelles Environnement - IBGE, 2012. - 28 p.

projet européen GreenCook .

**Résumé** : Oui au plaisir sans gaspi

Se nourrir : un besoin primaire mais aussi un plaisir ! Le plaisir de manger sain et équilibré, de savourer des aliments goûteux et de saison, de redécouvrir les savoir-faire culinaires... Mais un plaisir qui a un revers : le gaspillage alimentaire !

Chez les ménages bruxellois, le gaspillage alimentaire représente plus de 12% du poids de la poubelle blanche : la moitié représente des aliments entamés mais non terminés, un quart est constitué de restes de repas et un quart des aliments jetés sans même avoir été entamés. Ce gaspillage est pourtant un enjeu concret, directement lié à la consommation, aux déchets et au changement climatique. Les impacts négatifs du gaspillage alimentaire sont réels : pour les ménages, les collectivités, l'environnement et l'économie.

Cette brochure nous invite à réduire le gaspillage : économies et plaisir à la clef ! Elle répond à de nombreuses questions, propose trucs et astuces et encourage à l'action : nous, consommateurs, nous avons le pouvoir de réduire ce gaspillage ! Que ce soit avant, pendant ou après nos achats, la préparation et la consommation des repas, chez nous ou à l'extérieur.

Réduire le gaspillage alimentaire, c'est le défi que lance Bruxelles Environnement en participant au projet européen GreenCook. Au menu : des actions dans les cantines de collectivités, les écoles, les grandes surfaces, des actions de sensibilisation du grand public, comme cette brochure. Pour faire, ensemble, de Bruxelles une Ville Durable.

**Note de contenu** : >Intro

>Gaspi : quoi, qui, pourquoi, combien ?

>Limiter le gaspillage, c'est ...

>Préparer nos achats ? En voilà une bonne idée...

>L'achat des aliments : le moment d'alléger notre pression sur l'environnement.

>Au retour des achats : bien ranger les courses pour mieux gérer les réserves.

>La préparation : un moment crucial pour un repas convivial.

>Pendant les repas, être bien chez soi

>Bien repus sans rebuts...

>A l'extérieur

>Notre pouvoir comme maillon dans la chaîne

>Les effets de la chasse au gaspi

>Outils existants à votre disposition

---

**Manuel de cuisine pour tous / Subtil, Marion; Hays, Dominique; Prédine, Eric; Gaborel, Héroïse**

## La sélection de Marthe (Espace Environnement)

Une sélection d'ouvrages en lien avec « L'ErE & inclusion sociale par l'alimentation »

Manuel de cuisine pour tous [texte imprimé] / Subtil, Marion, Auteur; Hays, Dominique, Auteur; Prédine, Eric, Auteur; Gaborel, Héloïse, Auteur. - Vieille Eglise (62 162, France) : Les Anges Gardins, 2012. - 165 p.

**Résumé** : Le Manuel de cuisine pour tous a été conçu pour initier chacun au plaisir simple de faire la cuisine pour lui même et pour ses proches.

A l'aide plus de 500 photos et croquis, nous allons faire l'apprentissage, pas à pas, des « bases pratiques » d'une cuisine adaptée aux budgets serrés.

---

### Mon potager facile côté cuisine.

Mon potager facile côté cuisine. : Cultiver ses propres légumes en ville [texte imprimé]. - juin 2012. - Bruxelles (1200, Belgique) : Bruxelles Environnement - IBGE, 2012. - 4 p.: ill.. - (alimentation & environnement) .

**Résumé** : Cultiver ses propres légumes, c'est possible, même à Bruxelles ! Un jardin, une cour, un balcon, une terrasse... Pas nécessaire d'avoir beaucoup d'espace pour faire son propre potager. Osez l'aventure : il est possible de démarrer simplement et facilement. Et quelle satisfaction de déguster ce qu'on a planté soi-même !

**Note de contenu** : + 3 recettes durables en p. 3 et 4

---

### Passeport pour une alimentation durable

Passeport pour une alimentation durable : Gourmandise, plaisir et convivialité... pour tous les Bruxellois! [texte imprimé]. - Bruxelles (1200, Belgique) : Bruxelles Environnement - IBGE, 2012. - 24 p.

**Résumé** : La Région de Bruxelles-Capitale, comme toutes les grandes villes, est confrontée à de nombreux défis : sociaux, démographiques, économiques et environnementaux. Pour y répondre, Bruxelles poursuit l'objectif de devenir une des métropoles européennes à la pointe du développement durable.

L'alimentation durable, c'est plus d'environnement, plus de social, plus d'économie locale et solidaire, plus de gastronomie...

Dans le cadre de la triennale de la Gastronomie « Brusselicious », cette brochure illustre une série d'initiatives et de conseils pour vous permettre de découvrir les actions, produits et services existants en matière d'alimentation durable à Bruxelles. Sans oublier que l'alimentation durable, c'est avant tout du plaisir : du goût, des saveurs, du partage...

Ensemble, faisons de Bruxelles une ville durable. Dans ce contexte, l'alimentation durable est un axe essentiel, et la Région a lancé un programme d'actions ambitieux, pour stimuler la demande, mais aussi élargir l'offre d'alimentation durable à Bruxelles. Parmi ces actions, citons le projet « Cantines durables » qui vise à instaurer des pratiques plus durables dans les cantines (écoles, crèches, homes, entreprises...), « Goûter Bruxelles » qui invite les Bruxelloises et les Bruxellois à découvrir le Slow food ou encore le soutien aux GASAP (groupements d'achats solidaires de l'agriculture paysanne).

---

### Rencontre annuelle des Groupements d'Achats Alimentaires de Wallonie et de Bruxelles (GACs, GAS, GASAP, AMAP, etc...) / de Gaultier, François

Rencontre annuelle des Groupements d'Achats Alimentaires de Wallonie et de Bruxelles (GACs, GAS, GASAP, AMAP, etc...) / de Gaultier, François, Auteur  
in **Valériane N° 106 (mars / avril 2014)**. - p. 6-48

## La sélection de Marthe (Espace Environnement)

Une sélection d'ouvrages en lien avec « L'ErE & inclusion sociale par l'alimentation »

**Résumé:** Les Groupements d'Achats Alimentaires se sont à nouveau réunis, le 8 décembre 2013, à Namur. Qui sont ces groupes de consommateurs et qu'est-ce qui les motive à se retrouver périodiquement ? La volonté d'expérimenter localement puis d'échanger sur les pratiques est au centre des préoccupations. L'accent est mis, cette année, sur la mixité sociale et la question du prix.

---

### Vers la transition avec l'économie sociale et solidaire

Vers la transition avec l'économie sociale et solidaire  
in **Terre N° 143 (hiver 2013)**. - 3-15

**Note de contenu:** - La transition : mouvement social économique ?

- L'économie sociale, avant-garde de la société en Transition
  - Du verbe à l'action, une transition directe
  - Exemples d'initiatives de Transition en Wallonie et à Bruxelles
  - La Ceinture aliment-terre liégeoise
  - Une prospérité durable, un chemin plus accessible pour le Sud que pour le Nord ?
- 

### Les yeux sur le plat. Un parcours en images de la graine à l'assiette

[http://www.lamediathèque.be/ext/thematiques/environnement/pub\\_yeux.html](http://www.lamediathèque.be/ext/thematiques/environnement/pub_yeux.html)

Les yeux sur le plat. Un parcours en images de la graine à l'assiette [texte imprimé]. - Bruxelles (Belgique) : La Médiathèque, 2010. - 52 p.

ISBN 978-2-87147-413-5.

**Résumé :** Le thème de l'alimentation, très largement abordé dans les médias, est au premier plan ces dernières années, tant d'un point de vue sanitaire, qu'environnemental.

Pour tourner autour de l'assiette à travers les thématiques liées à l'alimentation sous des angles variés, la Médiathèque vous propose une sélection de médias en trois chapitres:

La graine

Questions de biodiversité, de préservation du sol, d'intrants chimiques, de pollution et d'alternatives.

L'agriculture

La production, l'alimentation mondiale et le travail de l'agriculteur, la question de l'industrie alimentaire et des OGM.

L'assiette

Les questions de santé, de goût, de cuisine et de terroirs.

---