

# Manger sain et durable **Quand on a de 6 à 15 ans**



## Contacts

### Claire PLANCHAT

Chargée de recherches Démarches participatives & territoires  
[claire.hery-planchat@inrae.fr](mailto:claire.hery-planchat@inrae.fr) - 04 73 62 45 29

### Anthony FARDET

Chargé de recherches Alimentation durable, préventive &  
holistique

[Anthony.fardet@inrae.fr](mailto:Anthony.fardet@inrae.fr)

Retour vers Le futur

Bulletin n°3

Janvier 2026

# Le mot de l'équipe

**Chers partenaires, enseignants,  
familles, enfants,**

Pour cette nouvelle année 2026, quoi de plus symbolique que de partager nos valeurs ?

Tout comme notre projet PLAN'EAT, nous mettons en avant les « bons ingrédients » pour nos enfants (6-15 ans) issus des 5 V : le Vrai, le Végétal, le Varié, le Vivant et la Volupté !

Nous vous souhaitons une belle année, pleine de découvertes, d'actions, de partage... et d'alimentation saine et durable !

Dans ce troisième bulletin, retrouvez un retour sur nos actions, les prochains événements à ne pas manquer, et les liens vers les diverses ressources développées depuis 3 ans !

Je profite de ce message pour souhaiter également plein de beaux projets à nos supers stagiaires devenues collègues et ambassadrices PLAN'EAT dans d'autres projets, Tiphaine Gomes Dos Santos et Eolia Metivier-Olivier-Henry.

Bonne lecture !

Claire Planchat,  
*Sociogéographe, Chargée de recherche INRAE,  
Coordinatrice du Living lab Plan'eat kids*

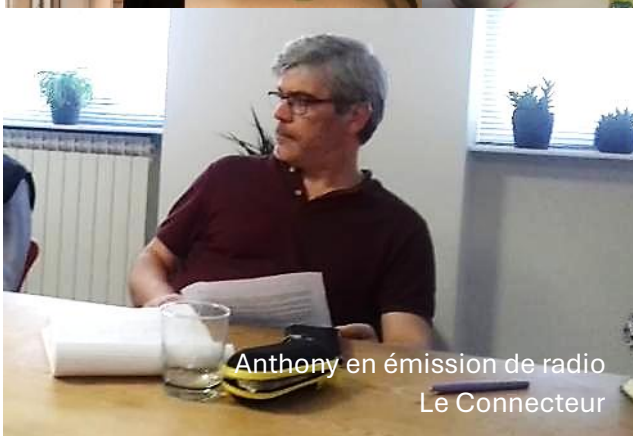


Claire au salon des maires à Paris



Tiphaine, en observation  
Cantine de collège

Eolia en  
atelier  
cuisine



Anthony en émission de radio  
Le Connecteur

# Au menu

3 ans d'actions phares !	4
RETOUR SUR LA FRESQUE DE L'ALIMENTATION SAIN ET DURABLE PLAN'EAT KIDS.....	7
ZOOM SUR LE SOMMET POLITIQUE.....	9
RETOMBÉES DES VOYAGES AUX SUPER MARCHÉS.....	11
(RE)INVENTER UN GOÛTER SAIN ET DURABLE.....	12
LA RESTAURATION SCOLAIRE UN LEVIER CLÉ DE LA DYNAMIQUE DU LIVING LAB PLAN'EAT KIDS.....	14
 L'engagement multiforme et toujours en action des membres du Living Lab	 18
 À NOTER dans vos Agenda !	 20

Édition / Rédaction / Conception : Claire Planchat

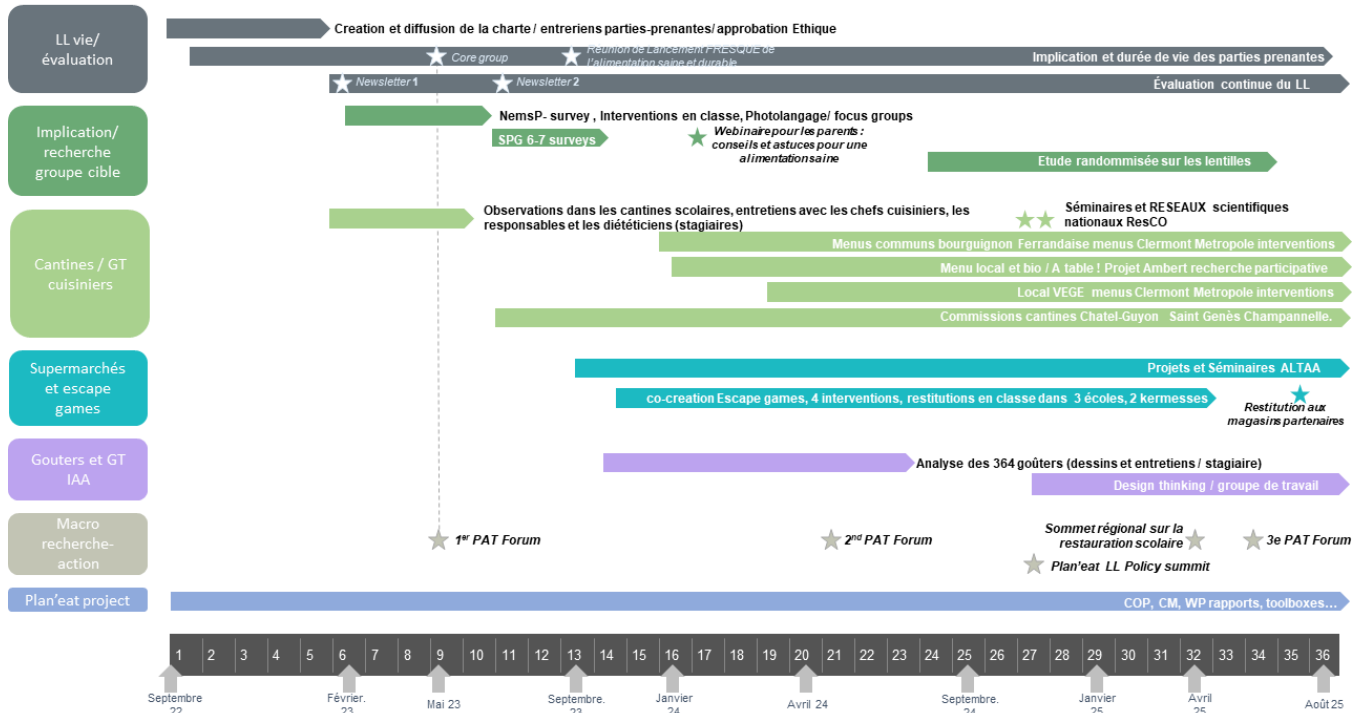
© INRAE Janvier 2026

This document is shared under Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0). (same license as for the deliverable)



# 3 ans d'actions phares !

Calendrier de toutes les activités du Living Lab PLAN'EAT kids -INRAE de septembre 2022 à août 2025



Depuis sa création en septembre 2022, le Living Lab (LL) **PLAN'EAT kids** à l'INRAE repose largement sur le territoire et le réseau d'acteurs impliqués dans la politique publique alimentaire locale, du **Projet Alimentaire Territorial (PAT) du Pays du Grand Clermont** et du **Parc Naturel Régional Livradois-Forez** :

⇒ <https://pat-grand-clermont-parc-livradois-forez.fr>

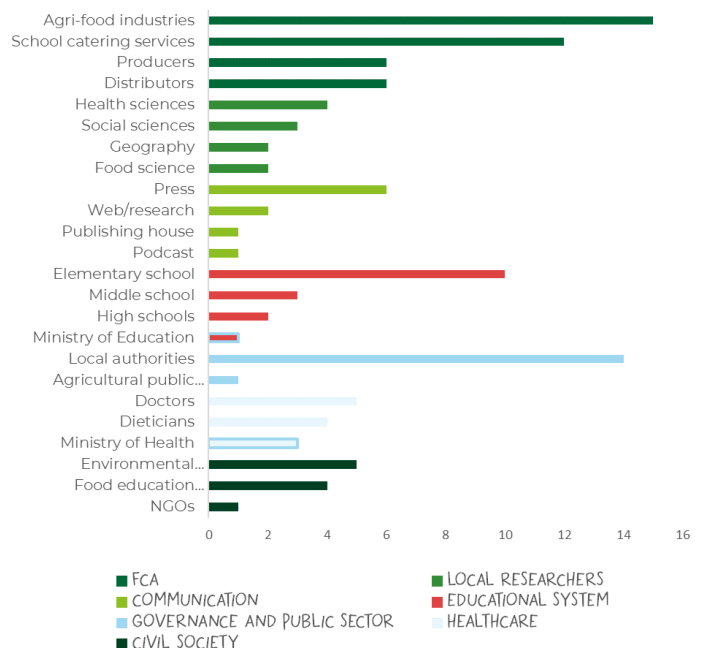
Ce territoire, constitué en 2016, comprend **272 communes**. Sa politique alimentaire repose sur quatre piliers stratégiques, dont l'un porte sur les **comportements alimentaires et la santé**.

Dans ce cadre, la question de la **nutrition des enfants** a pu être explorée en profondeur, encouragée par la mise en œuvre du Living Lab PLAN'EAT Kids au sein de l'**Unité de Nutrition Humaine de l'INRAE** :

⇒ <https://unh.clermont.hub.inrae.fr>.

## Les différents secteurs des parties-prenantes du living lab PLAN'EAT kids

C. Planchat, T. Gomes Dos santos, August 2025 - plan'eat project



---

Aujourd'hui, Plan'eat kids est un laboratoire vivant très dynamique, qui compte **environ 150 parties prenantes** réparties dans **113 organisations** et **plus de 350 familles impliquées**. **Plus de 15 000 enfants ont été touchés** par le projet.

---

Le LL s'est appuyée sur le réseau déjà en place du PAT, qui rassemble l'ensemble des acteurs de l'alimentation, « de la fourche à la fourchette » : producteurs, transformateurs, distributeurs et restauration collective.

Avec PLAN'EAT kids Kids, ce réseau s'est élargi à de nouveaux acteurs, notamment dans les domaines de la santé et de l'éducation. Il a aussi intégré pleinement les enfants et leurs familles. Cela a permis de renforcer la dimension citoyenne du projet et de favoriser le travail collectif entre différents secteurs, au cœur de la démarche de recherche-action-innovation portée par le Living Lab.

#### La vie LL / activité d'évaluation :

gouvernance, communication et évaluation  
chemin faisant des comportements alimentaires  
et évolution des pratiques des parties prenantes

La transformation durable des comportements alimentaires des enfants repose sur une approche **multisectorielle et participative**, principalement structurée autour du modèle de **co-création et d'innovation ouverte** propre aux Living Labs.

#### Recherche-action macro :

en lien avec le projet alimentaire territorial du Pays du Grand Clermont / Parc naturel régional du Livradois Forez, pour réfléchir aux transitions alimentaires dans un dialogue entre zones urbaines et rurales.

## 1. L'approche Living Lab et l'ancrage territorial (niveau Macro)

Le projet PLAN'EAT Kids est étroitement lié au Projet Alimentaire Territorial. Cela signifie qu'il s'inscrit pleinement dans la vie et les priorités du territoire. Depuis le début, de nombreux acteurs locaux se sont engagés dans le projet. Dès septembre 2023, ils ont travaillé ensemble autour d'une « Fresque de

l'Alimentation Saine et Durable » pour co-construire les grandes étapes du Living Lab et imaginer les actions à mener. Ces actions ont pris différentes formes : des ateliers participatifs, comme les escapes games en supermarché où les enfants ont pu réfléchir et s'exprimer, mais aussi des groupes de travail et des temps d'échange avec les élus locaux, industriels, chefs de cantine. L'objectif était de permettre à chacun de mieux comprendre les enjeux de l'alimentation saine et durable et d'y prendre part activement.

## 2. Interventions en restauration scolaire (Niveaux Micro et Méso)

La principale question de cette recherche-action est de voir comment réaliser de réelles transformations du

Recherche-action sur Les  
cantines scolaires : interventions  
transférables, groupes de travail aux niveaux  
local et international, sensibilisation et  
recommandations

système alimentaire des enfants. L'hypothèse testée ici serait de changer les pratiques des adultes en passant par l'expérimentation d'actions concrètes, comme par exemple au sein des cantines scolaires pour favoriser des comportements alimentaires infantiles innovants et durables.

Ces méthodes incluent :

- La création de **menus végétariens EN COMMUN, bio et locaux**, ou encore visant à « manger moins mais mieux de viande » comme un menu commun à base de bourguignon de race Ferrandaise, tout en maintenant une **rémunération correcte** de tous les acteurs de la chaîne d'approvisionnement et **sans augmenter le prix des repas**.
- **Un réseau des chefs de cuisine et leurs agents** pour mutualiser les achats locaux et rémunérateurs, échanger sur les pratiques saines et durable, « **sortir de l'ombre** ».
- La mise en place de **commission « restauration scolaire »** impliquant élus, parents, enseignants, personnels de cuisine et enfants pour ajuster les stratégies alimentaires.
- L'observation directe de la **consommation réelle des élèves (photo des assiettes, pesées**

des déchets), par exemple pour les légumineuses, afin **d'adapter les recettes** et **leurs environnements alimentaires**.

### 3. Gamification et éducation immersive (Niveaux Micro et Méso)

L'utilisation de **méthodes ludiques** est essentielle pour sensibiliser les enfants à leur environnement alimentaire. Des **escape games** ont été déployés dans des supermarchés pour aider les enfants à comprendre l'influence du marketing, à lire les étiquettes et à réfléchir aux systèmes alimentaires de manière critique.

#### Jeux d'évasion au supermarché :

L'éducation sur les produits du goûter et du petit déjeuner comme levier pour les achats sains et durable, pour les enseignants, les parents, les enfants et les magasins, interventions transférables.

En classe, des jeux spécifiques sont utilisés pour sensibiliser aux **aliments ultra-transformés (AUT)** et aux comportements alimentaires « plaisirs » restant favorables à leur santé et celle de la Planète.

#### Recherche-action sur des goûters

**sains et durables** : interventions en classe, étude nutritionnelle et environnementale de 364 dessins de goûters, groupes de travail auprès d'une 10e d'industriels au niveau local, recommandations pour réduire les aliments ultra-transformés.

### 4. Recherche comportementale et outils d'écoute active

Pour comprendre les besoins des enfants, le Living Lab utilise des outils de diagnostic sensibles :

#### Groupe cible des enfants de 6 à 15 ans :

micro-interventions, enquêtes pour étudier les comportements alimentaires, interventions éducatives

- Le **photolangage et des enquêtes** (par focus groupes et questionnaires à remplir avec leurs parents) pour recueillir les perceptions des enfants et les freins et leviers liés à leurs environnements alimentaires.
- Des **études randomisées** pour analyser les freins et leviers à la consommation de certains aliments, tels que les légumineuses, chez les adolescents.
- **L'analyse de dessins** d'enfants représentant leurs goûters pour accompagner les industriels à réfléchir à **des produits plus innovants**.

### 5. Collaboration avec l'industrie agroalimentaire

Une méthodologie innovante consiste à engager une dizaine d'acteurs de l'industrie alimentaire dans des **groupes de travail pour reformuler les goûters**. Via des ateliers de cocréation et des webinaires, le projet vise à développer des alternatives plus saines et durables, tout en sensibilisant les entreprises à la réduction des produits ultra-transformés.

### 6. Remontées à l'échelle de l'Europe

Ces approches ont été soutenues par une communication (newsletters, réseaux sociaux des

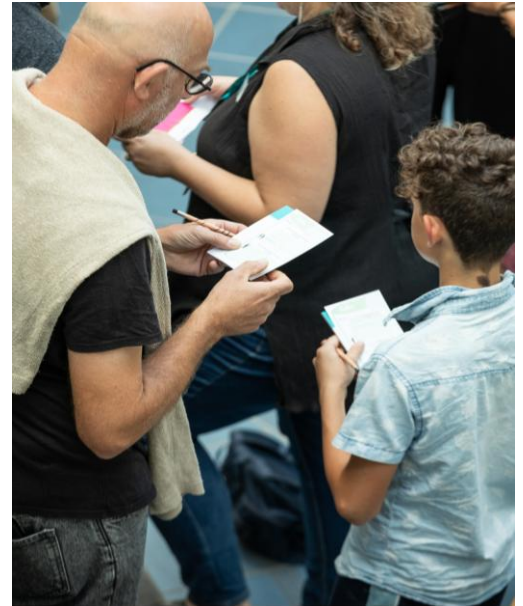
Projets PLAN'EAT : réponse au développement d'un projet de recherche en consortium (réunions, rapports, boîtes à outils,

municipalités) et une légitimité institutionnelle forte via des instituts de recherche comme l'INRAE et via le consortium paneuropéen des 24 partenaires PLAN'EAT kids.

L'ensemble des résultats et des interventions sont restitués dans le KNOWLEDGE CENTER PLAN'EAT.



# Retour sur la fresque de l'Alimentation saine et durable PLAN'EAT kids



Fresque de l'Alimentation Saine et Durable, Atelier de co-ideation, Living Lab Plan'eat kids, 20/09/2023  
P.A. Heydel, INRAE

Le 20 septembre 2023, le Living Lab Plan'Eat Kids a franchi une étape clé en organisant sa **Fresque de l'alimentation saine et durable, rattachée au territoire du PAT**. Cet événement a réuni **35 partenaires et 8 enfants** pour co-construire la feuille de route du LL.

## Qu'est-ce que la Fresque de l'Alimentation PLAN'EAT kids ?

Inspiré par la célèbre Fresque du Climat, cet outil pédagogique et ludique utilise l'**intelligence collective** pour décortiquer les systèmes alimentaires. À l'aide de **42 cartes** illustrant des concepts variés (système alimentaire, marketing, santé), les participants doivent

réorganiser ces éléments par liens de cause à effet et surtout selon leur implication personnelle et professionnelle.

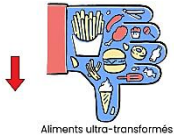
L'objectif est triple :

1. **Favoriser l'interconnaissance** entre les acteurs du système (enfants, parents, chefs de cantine, enseignants, associations, organisme de santé, industriels, producteurs, commerçants, chercheurs).
2. Comprendre les interdépendances des **facteurs influençant l'alimentation**.

3. Identifier des **leviers concrets pour transformer** les comportements alimentaires infantiles.

## Les 5 Comportements Alimentaires à Haut Impact (HIB)

Au cœur de cette démarche, le projet cible cinq comportements prioritaires pour les 6-15 ans :



Aliments ultra-transformés

- **Limiter les produits ultra-transformés** (notamment ceux trop riches en gras, sucres et/ou sel ajoutés et en additifs cosmétiques).

- **Réduire la consommation de viande**, au profit de protéines de qualité.



Aliments d'origine animale (viande rouge)



Aliments variés, dont les légumineuses

- **Diversifier les végétaux**, en privilégiant le local, le saisonnier et les légumineuses.

- **Choisir des céréales complètes** plutôt que raffinées.



Produits céréaliers complets



Boissons sucrées et sodas

- **Préférer l'eau** aux boissons sucrées.

## Une approche qui donne la parole aux enfants

L'originalité de cet atelier réside dans la mixité des participants. Des enfants de 6 à 13 ans ont travaillé aux côtés de directeurs de recherche, de diététiciens et même de PDG de la grande distribution.

Grâce à des techniques comme le **photolangage** et la **cartographie mentale**, l'atelier a sollicité l'intelligence visuelle et émotionnelle des plus jeunes. Cela a permis de lever des freins psychologiques et de transformer des sujets sérieux en moments de partage créatifs et non culpabilisants.

## Des idées concrètes pour le territoire du LL

Les échanges ont fait émerger des pistes d'actions directes pour chaque niveau de la société :

- **Pour les enfants** : se déplacer à vélo pour faire les courses, jardiner, composter et apprendre à écouter sa sensation de faim.
- **Pour les parents** : cuisiner en famille, privilégier les circuits courts et utiliser l'art (comme des concerts thématiques) pour sensibiliser aux saveurs.
- **Pour les cantines** : développer des menus locaux (comme le bœuf de race Ferrandaise) et des options végétariennes savoureuses.
- **Pour les écoles et industriels** : repenser le goûter, souvent composé à 80 % de produits ultra-transformés, en proposant des alternatives à base de légumineuses et de céréales complètes.

## Vers un système alimentaire plus juste

La Fresque a montré que chacun peut agir à son niveau, mais que **le changement est plus fort quand tout le monde agit ensemble**. En créant de la confiance entre les acteurs — ce que les chercheurs appellent le « capital social » — le projet Plan'Eat Kids facilite la coopération pour surmonter des obstacles comme le budget ou le manque de temps.

Bientôt un accès aux outils de La fresque sur notre site internet <https://planeatkids.hub.inrae.fr/>



<https://www.youtube.com/watch?v=kwybwqGfcxQ>

# Zoom sur le sommet politique

Une session spéciale de type mini-sommet politique PLAN'EAT a été organisée afin de partager les connaissances des principales parties prenantes du living lab français et **d'explorer les mécanismes qui influencent la consommation alimentaire**. Cette démarche visait, en s'appuyant sur les résultats des neuf living labs PLAN'EAT, à co-élaborer des recommandations politiques destinées à **améliorer la durabilité et la qualité nutritionnelle des pratiques alimentaires au sein de l'Union européenne**.

Ces sommets politiques examinent les contextes locaux, culturels et institutionnels, tout en renforçant le pouvoir d'action des parties prenantes grâce à leur **implication directe dans le processus d'élaboration des politiques publiques**.

En novembre 2024, deux partenaires du Living Lab PLAN'EAT kids, le Pôle Éducation Promotion Santé et le REEA nous ont invité à partager leur Journée départementale en Éducation et Promotion de la Santé-Environnement (ESE), dédiée à l'Alimentation Saine et Durable pour réaliser le mini-sommet auvergnat.

L'ensemble des résultats a ensuite été mis en commun et présenté, par notre porte-parole Alizée Marceau de l'Alliance pour les Transitions Agricoles et Alimentaires ([Altaa – centre de ressources](#)), devant des députés engagés lors d'un événement organisé à Bruxelles en avril 2025

Voici les résultats majeurs et les propositions phares issus de l'ensemble de ces travaux.

## La vérité sur les « coûts cachés » de l'alimentation

La science souligne un décalage entre le prix payé en caisse et l'impact réel des produits alimentaires. Pour corriger cela, les participants aux sommets ont proposé :



© PPA - Heydel2024 - INRAE

Mini-sommet politique en Auvergne lors de la Journée départementale en Éducation et Promotion de la Santé-Environnement (ESE), dédiée à l'Alimentation Saine et Durable – 25 novembre 2024



© Hopscotch 2025

Sommet politique à Bruxelles. Alizée Marceau, porte-parole pour Plan'ea kids, 29 avril 2025

- **La taxation des produits non durables** : Cette mesure permettrait de refléter les coûts environnementaux et sanitaires dans le prix de vente.
- **La Sécurité Sociale de l'Alimentation** : Un levier pour gérer les inégalités sociales de santé causées par une mauvaise alimentation.
- **L'investissement dans la recherche** : Il est crucial de continuer à étudier comment prendre en compte ces coûts cachés dans les modèles économiques de la chaîne alimentaire.

## Le défi des protéines alternatives : Goût et Acceptabilité

Le passage à une alimentation plus végétale est souvent freiné par des barrières culturelles. Les ateliers ont conclu que :

- **L'éducation au goût est la clé** : ces programmes sont nécessaires pour briser les habitudes et améliorer l'acceptabilité de la texture et du goût des alternatives végétales par exemple.
- **L'innovation culinaire** : la science mise sur des recettes attractives pour séduire les plus jeunes (ex : pour le PAT, [le projet Ambition POSITIVE](#) pour un pain à base de légumineuses dans les cantines).
- **Régulation industrielle** : il est recommandé de surveiller les « dérives industrielles » des nouvelles protéines pour garantir qu'elles restent saines et peu transformées.

## Vers un territoire agroécologique

Les résultats du sommet plaident pour une transformation radicale de l'occupation des sols et des circuits d'approvisionnement :

- **Objectif 80 % d'agroécologie** : les experts préconisent que la grande majorité des terres agricoles soit cultivée selon des principes respectueux de la biodiversité, du sol et de l'eau.
- **L'agri-urbanisme** : ce concept vise à multiplier les jardins collectifs et les espaces de production en ville pour que les citoyens produisent et consomment localement.
- **Un label européen unique** : La création d'une reconnaissance européenne des produits alimentaires basée sur le respect des ressources

naturelles (eau, biodiversité) et des humains est jugée prioritaire.

## Une méthodologie basée sur l'intelligence collective

Le succès de ces propositions repose sur le modèle du **Living Lab**, qui favorise le partage d'expériences entre toutes les parties prenantes. Le projet souligne l'importance de :

- **Réduire le pouvoir des lobbies** agroalimentaires pour faciliter l'intégration des critères de durabilité.
- **Former les acteurs de la restauration collective** : Mieux définir les critères de la loi Égalim, notamment en précisant les distances d'approvisionnement local (de 40 à 300 km selon les produits).

## Un "Green Deal" pour l'alimentation ?

Comme le souligne le consortium PLAN'EAT, l'Europe doit être un des principaux moteurs de ce changement pour assurer le bien-être de la population. La transition ne doit pas être vécue comme une contrainte, mais comme une opportunité d'innovation sociale et de partage.

Les résultats de la session Bruxelloise orienteront une feuille de route vers la création d'un Conseil européen de politique alimentaire, une étape majeure pour ce travail à l'échelle macro. Cette feuille de route aidera à orienter les efforts futurs vers l'institutionnalisation de la gouvernance participative dans la politique alimentaire de l'UE, garantissant que les voix des acteurs locaux – en particulier des groupes de consommateurs vulnérables – soient entendues au niveau européen.

---

### POUR SUIVRE LA SUITE DES AVENTURES :



[Plan'Eat Project : posts | LinkedIn](#)



Article scientifique du sommet politique à Bruxelles : Kiel, T., Candel, J. J. L., Mathijs, E., & Biesbroek, R. (2026). *Configurations of leverage points for the deliberate acceleration of ideal-type transition pathways in the EU food system*. **Environmental Innovation and Societal Transitions**, 58, Article 101041. <https://doi.org/10.1016/j.eist.2025.101041>

---

# Retombées des voyages aux SUPER marchés

Dans le cadre du projet PLAN'EAT Kids, les outils ludiques — et plus particulièrement les « escape games » — ont joué un rôle central dans les interventions menées dans 3 supermarchés des enseignes nationales Auchan et Biocoop, partenaires pour transformer les comportements alimentaires de 200 enfants des écoles primaires d'Aydat, Beaumont et Châtel-Guyon.

## Changement de comportement concret des enfants

Suite à ces ateliers, l'enquête et les temps de restitution/débat en classe a démontré des évolutions mesurables, telles que l'apprentissage de la lecture des étiquettes pour réduire plus particulièrement la consommation de produits ultra-transformés, une meilleure appréhension des origines et qualité des ingrédients et la volonté de réduire l'usage du plastique lié aux emballages

## Compréhension des paysages alimentaires

L'étude de ce « qu'on mange » et que l'on peut observer dans le paysage à parcourir pour se rendre au magasin (repérage des potagers, champs et vergers, enseignes d'artisans...), jusqu'à l'étude de l'organisation des étales, permet aux jeunes d'appréhender les enjeux de provenance voire de production de ce qu'ils consomment.



Poster ALTAA - PLAN'EAT kids- INRAE -2024 -  
[Poster\\_MER\\_voyage\\_supermarche\\_PLANEAT\\_KIDS.pdf](#)

## Éducation et sensibilisation immersive

Ces outils ont été coconstruits avec les enseignants et les partenaires associatifs et diététiciens (Anis Etoilé, Landestini, Alymm, LB Nutrition, L. Didelot, Eolia). Ils ont servi de levier pédagogique pour les distributeurs et ont contribué à sensibiliser les enfants aux environnements alimentaires et à l'influence du marketing de manière immersive. Ils abordent des thématiques concrètes comme la nutrition, l'emballage et le fonctionnement des systèmes alimentaires.

## Un engagement actif des familles

Le format ludique a favorisé une participation dynamique non seulement des enfants, mais aussi de leurs parents accompagnants avec les enseignants, initiant ainsi des discussions familiales sur l'alimentation et plus spécifiquement sur la qualité des produits dédiés au petit déjeuner et au goûter.



Paysages alimentaires et jeu des boissons –  
Voyage Extra ordinaire au SUPERmarché –  
Plan'eat kids- INRAE -2024

## Développement de l'esprit critique d'un jeune consommateur pour manger sain et durable

En plaçant les enfants dans des situations de jeu au sein même du lieu d'achat, ces interventions renforcent leur conscience de consommateurs et leur capacité à analyser de manière critique les produits proposés. D'un point de vue de la recherche, on a pu mettre en avant les facteurs clés de l'influence marketing sur les actes de consommation des plus jeunes.

## Explorations créatives, cognitives et scientifiques

Ces outils encouragent des formes d'exploration variées de l'acte d'achat du point de vue de l'enfant. Le dessin, les enquêtes et la narration autour des enjeux alimentaires et le décryptage de ce qui est « invisible » dans le magasin (ingrédients, provenances,

approvisionnement, stockage, gestion des déchets, employés, etc.).

## Mobilisation des distributeurs

Ces outils ludiques ont agi comme un catalyseur pour l'engagement à long terme des enseignes de la grande distribution, qui souhaitent s'impliquer davantage dans la poursuite d'initiatives éducatives.



Liens vidéos :

Ecole d'Aydat :

<https://www.youtube.com/watch?v=ply2OPnMjk8>

Ecole Jean Zay à Beaumont :

[https://www.linkedin.com/posts/plan-eat-project\\_discover-our-escape-game-in-a-supermarket-activity-7348694191486517249-gQCq?utm\\_source=share&utm\\_medium=member\\_desktop&rcm=ACoAAAOT8VgBEgybFHZmov2Y4s3\\_vwjpfafuqxgl](https://www.linkedin.com/posts/plan-eat-project_discover-our-escape-game-in-a-supermarket-activity-7348694191486517249-gQCq?utm_source=share&utm_medium=member_desktop&rcm=ACoAAAOT8VgBEgybFHZmov2Y4s3_vwjpfafuqxgl)

Ecole Saint Hippolyte à Châtel-Guyon :

[mediatheque.inrae.fr/Clermont/embed/public/537163896](https://mediatheque.inrae.fr/Clermont/embed/public/537163896)



Fiches actions ALTA : [Outils et Méthodologies – ALTA](#)

Résultats sur le HUB PLAN'EAT kids - [Partage public de fichiers - Nextcloud - Nextcloud - INRAE](#)

Accéder aux outils de l'escape game d'ici Aout 2026 sur le Knowledge Center PLAN'EAT : <https://planeatcenter.com/>

Découverte du magasin avec les employés – Voyage Extra ordinaire au SUPERmarché – Plan'eat kids- INRAE -2024



## (RE)INVENTER un goûter sain et durable

Face à la place croissante des produits ultra-transformés dans l'alimentation des enfants, le living lab **PLAN'EAT Kids** s'est fixé pour objectif de repenser le goûter des 6–15 ans sous l'angle de la santé et de la durabilité.

Extrait collecte des 342 dessins des goûter des 6-15 ans © INRAE, 2024



Atelier de collecte d'emballage des goûter des 110 enfants d'une école primaire © INRAE, automne 2023

En s'appuyant sur la règle des **3V – Vrai, Végétal, Varié** et sur une démarche de **design thinking**, un groupe de travail (GT) dédié aux goûters « bons, sains et durables » (BSD) a été mis en place en partenariat avec Végépolys Valley, afin de coconstruire des pistes d'innovation concrètes mobilisables par les acteurs de l'agroalimentaire et de la pédagogie nutritionnelle.

## Des pratiques actuelles peu compatibles avec les enjeux de santé et d'environnement

Le diagnostic initial, fondé sur l'analyse de **342 questionnaires et dessins d'enfants**, met en évidence un décalage important entre les besoins nutritionnels et la réalité des goûters consommés. La majorité des collations relèvent de l'**ultra-transformation (NOVA 4)** : biscuits industriels, barres sucrées, gâteaux emballés ou compotes sucrées en gourde. Ces produits sont généralement riches en sucres ajoutés, pauvres en fibres et peu rassasiants.

Sur le plan environnemental, les goûters reposent largement sur des **ingrédients importés** et génèrent un **suremballage plastique important**, contribuant à une empreinte carbone élevée. Le rôle du **marketing** apparaît déterminant dès le plus jeune âge : les enfants identifient les produits par leur marque ou leur packaging, et leurs choix sont fortement influencés par le plaisir immédiat et les dynamiques de groupe.

Une légère évolution positive est toutefois observée à l'adolescence, avec une consommation accrue de fruits bruts et de pain. Néanmoins, même à cet âge, la qualité globale des goûters reste insuffisante au regard des critères BSD.

## Les industries agroalimentaires comme leviers de transformation

PLAN'EAT Kids a fait le choix stratégique d'impliquer directement dans le processus six entreprises régionales d'Auvergne-Rhône-Alpes aux côtés de Végépolys Valley, ainsi que des partenaires éducatifs, politiques, financeurs et des diététiciennes. Positionnées au niveau méso du système alimentaire, ces organismes disposent d'un fort levier d'action pour faire évoluer l'offre alimentaire destinée aux enfants, notamment par la reformulation, l'innovation technologique et le choix des ingrédients.

## Trois pistes d'innovation prioritaires

Les travaux de cocréation ont permis d'identifier **trois axes principaux** :

- **La valorisation des co-produits végétaux par la fermentation**, afin de réduire le gaspillage et d'améliorer la qualité nutritionnelle (digestibilité, profils aromatiques).
- **La diversification des matrices alimentaires, via l'introduction de céréales secondaires** (millet, sarrasin) et de **légumineuses**, présentant des atouts nutritionnels, agronomiques et climatiques majeurs.
- **Le renforcement de l'éducation nutritionnelle**, à destination des professionnels industriels, des parents et des enfants, pour favoriser la compréhension de l'origine et du degré de transformation des aliments.

## Perspectives de déploiement

L'évaluation de la faisabilité de goûter BSD révèle plusieurs enjeux : adaptation des équipements, acceptation de **durées de conservation plus courtes**, coûts de la R&D et contraintes de concurrence entre acteurs. Les PME apparaissent plus agiles pour expérimenter ces innovations, tandis que des **partenariats complémentaires** et des **consortiums public-privé** sont identifiés comme leviers essentiels pour sécuriser les investissements à envisager.

Enfin, une perspective prometteuse consiste à **articuler l'innovation industrielle avec la restauration collective scolaire**, afin de proposer des goûters BSD accessibles, durables et ancrés localement.



Les médias en parlent :

[https://www.lamontagne.fr/clermont-ferrand-63000/actualites/deux-chercheurs-ont-ouvert-la-boite-a-gouter-de-nos-enfants-et-ce-n-est-pas-toujours-tres-sain\\_14561218/](https://www.lamontagne.fr/clermont-ferrand-63000/actualites/deux-chercheurs-ont-ouvert-la-boite-a-gouter-de-nos-enfants-et-ce-n-est-pas-toujours-tres-sain_14561218/)



**GUIDE d'EoLiA pour des RECETTES de goûter PLAN'EAT kids !**

<https://eolianutrition.wordpress.com/wp-content/uploads/2024/10/ebook-recettes-saines-et-durables.pdf>



Résultats sur le HUB PLAN'EAT kids :

[A quoi ressemble mon goûter ? - Plan'EAT Kids](#)



# La restauration scolaire un levier clé de la dynamique du Living Lab PLAN'EAT kids

## Du brin d'herbe à l'assiette Freins et leviers

Le PAT Gd Clermont / PNR Livradois-Forez fonctionne depuis plusieurs années sur une mise en réseau des acteurs du système alimentaire locale. Cette interconnaissance en amont favorise des actions collectives en aval.



Autre territoire du PAT, Clermont Auvergne Métropole a également développé, en lien avec Plan'EAT kids-INRAE, un menu bourguignon Ferrandaise avec un collectif de producteurs et de cuisiniers. Cette action et celle menée sur le territoire d'Ambert illustrent le rôle clé du réseau du PAT.

L'association Bio 63 peut accompagner cette démarche expérimentale grâce au projet R3CBIO.



Dans le cadre du projet A TABLE !, la CC Ambert Livradois-Forez, est très fortement impliquée dans la valorisation de circuits-courts et dans l'investissement des infrastructures pour leur mise en œuvre (1,7 million d'investissement pour la réouverture de l'abattoir, mise à disposition des services du CCAS, animations et formations auprès des cuisiniers...). Les soutiens publics pour maintenir ces projets restent encore limités.



C. Planchat INRAE - THEK 02-2024

La rénovation de l'abattoir d'Ambert vise à renforcer le bien-être animal (gestion de la lumière, des chaînes d'abattage selon les gabarits des animaux, ...). Pour les abattages importants, des agriculteurs peuvent apporter leur aide par des contrats adaptés. Les employés permanents sont multi-tâches (abattages, gestion, découpe). L'abattoir ne dispose pas de service de livraison qui peut poser problème pour les démarches en circuit-courts.

Plus le transport favorise le bien-être animal (faible distance, temps de repos, camions adaptés, ...), moins l'animal sera stressé et meilleur sera la viande pour le consommateur. Il existe grâce à la loi Egalim des expérimentations d'abattage mobile ou sur place mais à proximité d'abattoirs pour que la viande fasse moins de 2h de transport et ne s'abîme.

Les vaches plus âgées sont de moins bonne qualité organoleptique.

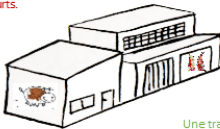


Le maintien de plats traditionnels en restauration collective évite la standardisation des recettes et des goûts (le burger aujourd'hui est plus consommé que le bourguignon dans les foyers).

Les convives ne connaissent pas le coût réel (matière + charges) des repas qu'ils consomment. Une communication liée à cette expérimentation serait nécessaire.



Les contrôles vétérinaires peuvent être contraignants car très stricts et évolutifs, mais bénéfiques pour le bien-être animal et surtout de la traçabilité des carcasses.



Une traçabilité entre producteurs et acheteurs, évite de se fournir auprès de plateformes vendant des aliments ultra-transformés et dont les origines sont lointaines, voire inconnues (ex: égrainé de bœuf vendu au prix de la viande, mais à base de farine de pois jaunes pour augmenter le taux de protéines, tout en réduisant la quantité de matière première). Grâce à la présence d'une plateforme, certains cuisiniers sont « rassurés » pour s'approvisionner en Bio, facilitant la discussion entre éleveurs et cuisiniers et les modes de facturation.

Le devenir des déchets issus des carcasses et peaux récupérés par les sociétés reste un peu opaque... (loisirs et résidus pour cosmétiques, nourriture pour animaux domestiques...).

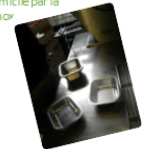


Réaliser les livraisons dans les restaurants via les camionnettes du CCAS de la CC d'ALF, réduit ainsi les coûts carbone liés aux déplacements. Mais cette démarche reste encore expérimentale...

Les cuisiniers, notamment des cuisines centrales ou de gros établissements publics disposent de matériels permettant des cuissons longues à basse température (max. 85°C), favorisant la tendreté notamment de morceaux de viande comme le bourguignon.



Le CHU d'Ambert mène une expérimentation de quasi-réduction des plastiques et des gaz à effet de serre, liés au portage de plats à domicile par la mise à disposition de barquettes en inox fabriquées à Thiers et consignées.



Support grand public pour communiquer les freins et leviers des transitions du système de la restauration collective  
Projet Ambert « A table ! » © C. Planchat - INRAE 2025

## Les menus communs, de réels « success stories »

Participer à un Living Lab répond à une volonté explicite de « faire avec » les acteurs de terrain pour repenser collectivement le modèle alimentaire local. Avant la formalisation du projet de menus communs, des dynamiques existaient déjà, portées par les réseaux de cuisiniers au sein de Clermont Auvergne Métropole et par des initiatives territoriales comme « À TABLE ! » sur la Communauté de communes Ambert Livradois Forez. Le LL Plan'EAT Kids est venu soutenir cette énergie préexistante, en réponse à un souhait issu de l'atelier Fresque de l'alimentation de collaboration entre collectivités, professionnels de la restauration collective, producteurs et chercheurs.

Le projet poursuit une **double ambition**, caractéristique des approches systémiques de la transition alimentaire. D'une part, il vise la **transformation des comportements alimentaires**, en particulier ceux des enfants, à travers la promotion d'une alimentation durable conciliant goût, santé et respect de l'environnement, et incarnée par le principe : *manger moins de viande, mais mieux et végétaliser l'assiette des enfants*. D'autre part, il contribue à la **restructuration du système alimentaire local**, en créant des débouchés stables et rémunérateurs pour les filières territoriales, notamment via la restauration collective.

Pour répondre à ces enjeux complexes, la **co-construction, via des groupes de travail**, s'est imposée comme méthode centrale. Elle a permis de mobiliser une intelligence collective capable de résoudre des problématiques opérationnelles majeures (logistique

et mutualisation d'approvisionnement, équilibre carcasse, abattage, marchés publics VS marché en gré à gré) tout en favorisant une forte appropriation des solutions par les Chefs cuisiniers et les producteurs.



Visite de restaurant Scolaire, groupe de travail Clermont Auvergne Metropole © C. Planchat INRAE 2024

Les expérimentations menées illustrent cette approche. À **Clermont Auvergne Métropole**, les « menus communs » ont permis de servir un menu à base de viande de race Ferrandaise à **14 000 convives**, ainsi qu'un menu végétarien à **12 500 repas**, avec un fort taux d'acceptabilité des enfants (entre 68 % et 72 % d'avis positifs). Sur le territoire **d'Ambert Livradois Forez**, **l'expérimentation « viande bio »**, en partenariat avec l'association Bio 63 a démontré la faisabilité d'un circuit court complet, impliquant éleveurs, abattoir local et restauration collective, tout en assurant une rémunération supérieure aux producteurs et la sensibilisation des lycéens au Bio.

La dimension de **recherche-action** a produit des connaissances scientifiques originales, ancrées dans des conditions réelles de consommation. Elle a permis d'affiner les outils d'évaluation en milieu scolaire et de faire émerger de nouvelles questions de recherche, notamment sur le rôle du personnel de service et l'organisation des temps de repas.

Parallèlement, les effets sociétaux sont significatifs : montée en compétences des cuisiniers, création de liens de confiance entre acteurs, renforcement de filières locales et sensibilisation directe, des élus, des enfants et de leurs familles via des supports de communication coconstruits.



Enquêtes auprès des enfants sur l'appréciation des plats et les comportements alimentaires ©C. Planchat - INRAE 2024

Le bilan global de ces expérimentations est très positif. Il apporte une preuve de concept de la **faisabilité technique, économique et sociale** de circuits courts alimentaires complexes. La plus-value réside dans les résultats obtenus mais surtout dans **la dynamique collective créée, génératrice de résilience et d'appropriation**.

Les perspectives ouvertes – nouvelle commande de viande bio en 2026, mutualisation de nouveaux approvisionnements maraichers, projets de développement autour de l'abattoir d'Ambert, évolution des marchés publics, formations des agents de service et surtout projet de rencontres entre les cuisiniers des deux territoires, ... – témoignent d'une volonté partagée de pérenniser la démarche et de construire, sur le long terme, un **système de la restauration scolaire pour une alimentation saine et durable, plus juste et plus résiliente sur le Projet alimentaire Territorial du Grand Clermont PNR Livradois Forez**.



Sur Le Hub Plan'eat :

<https://planeatkids.hub.inrae.fr/actualites/deux-menus-communs-bases-sur-les-produits-locaux>

Sur Le centre de ressources ALTA :

<https://www.altaa.org/initiatives/les-menus-communs-de-planeat-kids-pour-aller-vers-une-alimentation-plus-vegetale/>

Article scientifique : Planchat, C., Piganiol, C., & Fardet, A. (2025). *Enhancing local food systems through the Plan'eat-kids Living Lab*. In **Proceedings of the OpenLivingLab Days 2025**. European Network of Living Labs (ENoLL).

<https://knowledgehub.enoll.org/publication/enhancing-local-food-systems-through-the-plan-eat-kids-living-lab>

## Faire apprécier les légumineuses aux collégiens, les enseignants et les cuisiniers engagés !

Dans le contexte de la transition alimentaire, les légumineuses représentent une **alternative nutritionnelle et environnementale majeure** aux protéines animales : riches en fibres et en protéines végétales, peu transformées et économiquement accessibles. Pourtant, malgré les objectifs portés par la loi EGAlim, leur consommation reste limitée chez les adolescents, notamment en restauration scolaire. Cette situation s'explique par des **recettes souvent peu diversifiées** et une image gustative jugée **peu attractive** par les jeunes, mais aussi dans le cadre familial, où le temps de **préparation et la méconnaissance** de ces produits freinent leur consommation.

L'étude randomisée menée dans deux collèges, un en **zone urbaine à Chamalières** et **l'autre périurbaine sur Pont-du-Château**, montre que l'acceptabilité des légumineuses dépend avant tout du **plaisir gustatif et du contexte de consommation**.

Mettre en avant les bénéfices pour la santé s'avère souvent contre-productif, tandis qu'une **approche centrée sur le goût, la curiosité et la créativité favorise l'adhésion**. Des ateliers d'éducation au goût et de créativité culinaire ont été animés par le Cresna, auprès d'une 40<sup>e</sup> d'élèves, en partenariat avec des enseignantes en SVT et les chefs d'établissement. Combinant dégustations comparatives et cocréation de recettes, ces interventions sont particulièrement efficaces, notamment lorsque les élèves participent activement à l'élaboration des plats, renforçant ainsi leur engagement et leur fierté.



Atelier d'éducation au goût © C. Planchat INRAE 2025

Les résultats soulignent également **l'importance du contexte social et territorial**. L'observation des plateaux consommés par les élèves des groupes intervention et des groupes témoins démontre que **l'acceptation des légumineuses est plus élevée en milieu périurbain qu'en milieu urbain**, suggérant un environnement plus propice à l'exploration alimentaire. **En impliquant le chef**

**cuisinier à l'opération, son utilisation d'ingrédients familiers agit comme un levier pertinent** : les préparations sucrées à base de légumineuses, telles que les sablés à la farine de lentilles qu'il a réalisés, enregistrent des taux d'acceptation très élevés. Pour les plats salés, les adolescents montrent une préférence marquée pour les préparations chaudes.



Observation Avant/Après des consommations de lentilles en plat chaud par les collégiens, analyse des équilibres alimentaire © A. Fardet, C. Planchat, T. Gomes Dos Santos INRAE 2025

Enfin, cette étude comme celle des menus communs met en évidence le rôle déterminant de **l'environnement de la cantine**. L'implication du personnel de restauration, la qualité des interactions avec les élèves, le temps accordé au repas et l'ambiance générale influencent fortement les choix alimentaires et le gaspillage.

En conclusion, accroître durablement la consommation de légumineuses chez les adolescents nécessite une **approche systémique, combinant éducation répétée au goût, valorisation culinaire, formation des équipes et amélioration des conditions de restauration**. Les adolescents peuvent être des acteurs du changement, à condition d'évoluer dans un environnement scolaire participatif, bienveillant et stimulant.



Rapport Européen scientifique sur les régimes alimentaires : [https://planeat-project.eu/wp-content/uploads/2024/10/PLANEAT-D1.2-Dietary-patterns-mapping-report-of-the-nine-pre-selected-target-groups\\_compressed.pdf](https://planeat-project.eu/wp-content/uploads/2024/10/PLANEAT-D1.2-Dietary-patterns-mapping-report-of-the-nine-pre-selected-target-groups_compressed.pdf)

## Les commissions cantines : des lieux de dialogue et de cocréation

Le changement vers une alimentation durable ne se joue pas seulement dans les cantines, mais aussi au cœur des foyers, des municipalités et des écoles. Dans le cadre de PLAN'EAT Kids, les municipalités de Pont-du-Château, Châtel Guyon, Saint-Genès Champanelle, se sont portées volontaires pour devenir partenaires du Living Lab, créant ainsi de véritables espaces de dialogue pour transformer l'assiette des enfants.

### Une Commission Restauration Collective (ResCo): Pour quoi faire ?

L'objectif est simple mais ambitieux : instaurer un dialogue direct entre les cuisiniers, les parents, les élus et les enfants pour co-construire des solutions concrètes. En janvier 2026, les communes de **Châtel-Guyon** (commune pilote) et de **Saint-Genès-Champanelle** se sont rencontrées pour échanger sur leurs commissions. C. Planchat a animé ces échanges utilisant des méthodes innovantes de jeu-enquête, permettant de mobiliser l'intelligence collective de tous les participants.



Rencontre ResCo entre les communes partenaires © INRAE 2026

À Châtel-Guyon, la commission se réunit trois fois par an pour ajuster les menus et proposer des animations originales. Parmi les actions qui marquent l'esprit des enfants, on trouve :

- Le « **repas à l'envers** » (on commence par le dessert) ou le repas « tout en jaune » en période du Tour de France.
- Le recueil systématique des **avis des élèves** par leurs délégués avant chaque réunion.
- La découverte de nouveaux produits en lien avec les exigences de la **loi Égalim**.

S'inspirant de ce modèle, la commune de St-Genès-Champanelle prévoit des actions un peu plus immersives pour 2026. L'idée est de rendre l'enfant acteur de son alimentation à travers plusieurs initiatives :

- « **À la place d'Yvette** » : Les enfants pourront prendre la place d'un agent de service pour

comprendre les métiers de la cantine et dialoguer sur les quantités et le gaspillage.

- **Cuisiner avec le chef** : Un menu sera directement élaboré et mis en place par les enfants avec le chef cuisinier.
- **Lutte contre le gaspillage** : Participation active aux pesées et réflexion sur la récupération pour les goûters.

### La Science au service de l'assiette des enfants

L'accompagnement de la recherche-action permet d'intégrer des critères de santé publique très précis. Le cuisinier a bénéficié d'une **formation INRAE** pour faire évoluer ses recettes, notamment pour les goûters, et réduire la part des aliments ultra-transformés.

Les enjeux pour les municipalités sont de taille : atteindre les **objectifs de la loi Égalim** (pour Saint-Genès, un **score déjà remarquable** : 66 % de produits de qualité dont 45% de bio, pour Pont-du-Château également, environ 50% de produits labellisés et presque 30 % en bio), privilégier les approvisionnements locaux et améliorer l'acceptabilité des menus végétariens. Pour une commune, **l'achat de produits en local lui a permis de réduire de 20 000 € son budget prévisionnel annuel**.

Cette collaboration entre élus, citoyens et scientifiques prouve que la cantine peut devenir un lieu d'apprentissage du « **bien manger** » tout en maintenant une ambiance chaleureuse et le plaisir de la table. C'est pourquoi le Living lab est également associé au **réseau français de recherche sur la restauration scolaire** porté au sein de la Chaire UNESCO Alimentations du monde.



Réseau français de recherche Resco :

<https://www.chaireunesco-adm.com/Le-reseau-francais-de-recherche-RESCO>

 Réseau de la recherche

INRAE sur la restauration collective :

<https://app.inrae.fr/dossier-thematique/inrae-pour-une-alimentation-saine-et-durable-en-restauration-scolaire/>



### Jeu enquête PLAN'EAT kids

Pour coconstruire sa resco, en ligne à partir de Aout 2026 sur le Knowledge Center PLAN'EAT kids

# L'engagement multiforme et toujours en action des membres du Living Lab

## Le pouvoir insoupçonné des réseaux existants

Le succès initial du projet PLAN'EAT kids ne s'est pas construit à partir de rien. Il a pris appui sur le réseau solide et préexistant du Projet Alimentaire Territorial du Pays du Grand Clermont et du Parc naturel régional Livradois-Forez, véritable **écosystème d'acteurs** de l'alimentation. Cet ancrage territorial a immédiatement « ouvert de nombreuses portes ». L'association Landestini, partenaire du LL, a également aidé à contacter facilement les écoles. Cette facilité contraste fortement avec la « démarche plus volontariste » qui a été nécessaire pour approcher les industriels et les distributeurs.

Sans ce premier réseau d'acteurs, l'exploration et l'analyse des parties prenantes du système alimentaire local auraient été beaucoup plus complexes. Cette expérience met en évidence l'importance **des alliances déjà existantes, qui constituent un levier structurant et accélérateur** dans le développement d'un living lab.

Le projet a rapidement révélé que l'implication de ses parties prenantes n'était pas une simple question de "oui" ou de "non". Leur engagement s'est manifesté de multiples façons. Trois dimensions distinctes ont émergé :

- **L'engagement régulier** : Les acteurs qui participent activement à la co-construction et à la mise en œuvre des actions.
- **L'engagement matériel ou des connaissances** : Ceux qui apportent des données, des ressources ou une expertise technique pour soutenir les actions.
- **L'engagement moral** : Le soutien ponctuel mais crucial, comme un appui politique, une couverture médiatique ou la mise en relation avec d'autres acteurs clés.

Cette vision nuancée permet de valoriser chaque contribution. L'expérience a même montré que certains acteurs, silencieux pendant de longues périodes, répondaient positivement dès qu'ils étaient sollicités, prouvant que le soutien moral est **un capital relationnel qui peut être activé au moment opportun**.

## Placer les enfants au cœur du processus change tout

Loin de considérer les enfants comme de simples bénéficiaires passifs, PLAN'EAT kids leur a donné un rôle de cocréateurs. En participant activement à certains ateliers de co-construction des interventions ou apportant leur vision aux côtés des adultes, ils ont ainsi contribué à définir l'orientation stratégique du projet.

Cette approche s'est concrétisée de manière encore plus innovante lorsque le projet a analysé plus de 300 dessins de goûters réalisés par des enfants. Cette analyse a servi de point de départ pour lancer une collaboration avec les industriels de l'agroalimentaire afin de réinventer les collations et les petits-déjeuners, en s'attaquant notamment aux produits ultra-transformés. Cette approche qualitative a permis de **dépasser les enquêtes traditionnelles et de capter l'imaginaire et les préférences non verbalisées des enfants**, offrant aux industriels une matière première créative bien plus authentique pour l'innovation.

## Un bon projet repose sur un mélange d'incitations et de bienveillance

Mobiliser un réseau aussi diversifié a été possible grâce à une ingénierie collaborative reposant sur une combinaison de plusieurs leviers stratégiques. Le projet a su identifier et activer trois types d'incitations principaux :

1. **Un enjeu politique majeur** : La loi ÉGAlim oblige les cantines scolaires à s'approvisionner en produits locaux et de qualité. Les groupes de

travail avec les chefs cuisiniers et les municipalités répondaient ainsi à un besoin pressant de dialogue, d'appuis et d'échanges de « bonnes pratiques » pour faire face à ces obligations (bon affichage sur les menus, outils de communication auprès des parents, etc.).

2. **Des soutiens en bénévolat et financiers :** Le soutien de d'Altaa et des magasins Biocoop a renforcé le rôle des associations dans l'éducation alimentaire. Il a notamment permis la création d'outils innovants comme les escape games sur l'alimentation dans les supermarchés. **La majorité des parties prenantes du Living lab ont pour autant fait preuve d'une grande bienveillance** en participant bénévolement aux diverses interventions, trouvant un atout à cette démarche gagnant-gagnant.
3. **Un soutien institutionnel :** La reconnaissance du projet par l'INRAE en tant que projet de recherche-action national a considérablement augmenté sa visibilité et sa légitimité. Cela s'est traduit par une présence accrue dans des réseaux de haut niveau comme le Réseau International de la Restauration Scolaire (RESKO), Le salon des maires 2026, le Forum International des Living Labs en agrosystèmes (IFALL) ou encore européen (ENOLL).

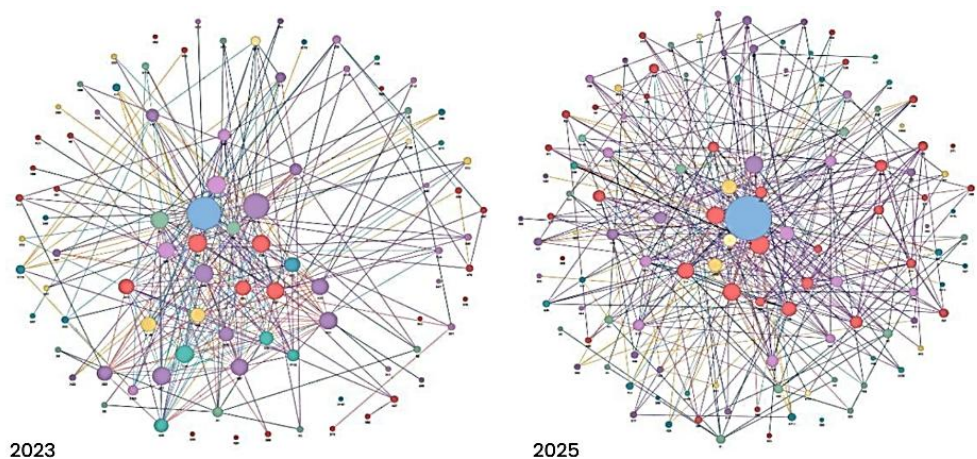
## La vraie collaboration commence souvent à la fin du projet

C'est peut-être la leçon la plus contre-intuitive de PLAN'EAT kids : les premières années d'un projet de cette envergure servent avant tout à **créer des liens et à instaurer un climat de confiance**. Ce n'est qu'à l'issue de cette phase, souvent à la fin du financement initial, que les partenaires sont véritablement prêts à s'engager collectivement pour faire vivre le projet sur le long terme. Fort de ce constat, une réflexion visant à développer un "PLAN'EAT kids 2.0" doté d'une véritable gouvernance participative et d'un business model pour pérenniser la dynamique, est en cours de réflexion

L'expérience PLAN'EAT kids démontre que le véritable moteur du changement n'est pas l'idée initiale, mais le **capital humain et relationnel patiemment construit**. Transformer un système aussi complexe que l'alimentation infantile dépend avant tout de notre capacité à tisser ces liens, à comprendre les motivations de chacun et à nous inscrire dans la durée. Et si la prochaine grande innovation pour nos communautés se cachait dans les réseaux et les relations que nous négligeons aujourd'hui ?

Étude de l'évolution de l'écosystème d'acteurs du Living Lab PLAN'EAT kids

© T. Gomes Dos Santos, C. Planchat – INRAE 2025



2023

2025



Sources : C. Planchat, T. Gomes Dos Santos, Plan'eat kids INRAE, 2025

# À NOTER dans vos Agenda !

## GRANDE JOURNEE DE L'ALIMENTATION SAINNE, DURABLE ET SOLIDAIRE



# Le mercredi 27 mai 2026

Lieu et horaires prochainement communiqués

Programmes de recherche participative européens  
partenaires dans l'organisation de la journée,  
coordinateurs de Living Lab :



### AU PROGRAMME :

- **Bilan du living lab Plan'eat kids**  
et du programme Européen Plan'eat
- **Regards croisés avec les**  
**membres des living labs des**  
**Villes d'Avignon et de**  
**Montpellier**  
pour partager les expériences des  
chercheurs et des partenaires  
opérationnels (restauration scolaire,  
Maison de l'alimentation,)
- **Stand et jeux**  
de l'alimentation solidaire et familiale
- **Atelier cuisine saine, durable,**  
**facile et solidaire**

Et plein d'autres SURPRISES !