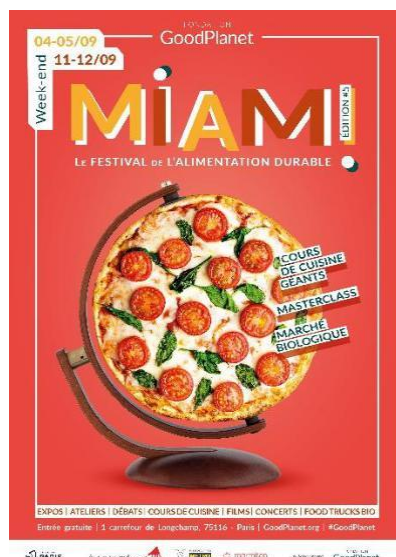


**Le Festival « MIAM ! »
de l'alimentation et de l'agriculture durables
fait sa rentrée à la Fondation GoodPlanet**



COURS DE CUISINE GEANT & EN PLEIN AIR – VILLAGE GOURMAND & ETHIQUE –
PROJECTIONS - ATELIERS CULINAIRES – RENCONTRES

Un événement de la Fondation GoodPlanet en partenariat avec la Fondation IRIS

Devenu unique et incontournable à Paris, cet événement gourmand offre une aventure culinaire exceptionnelle à vivre en famille et entre amis.

Durant 2 week-ends, **du 4 au 12 septembre**, la Fondation GoodPlanet se met à table pour une **5^{ème} édition de son festival de l'alimentation et de l'agriculture durables, le « MIAM ! »**. Des activités **gratuites et accessibles à toutes et tous**, petits et grands, seront proposées en s'amusant pour sensibiliser à des habitudes alimentaires plus durables, sans renoncer au plaisir friand et à la convivialité.

Cours de cuisine géant et en plein air au sein de la Clairière, projections, rencontres lors de conférences animées, blind test, ateliers culinaires, streetfood, marché de producteurs bio, découverte d'initiatives positives, librairie éphémère...tous les ingrédients seront au rendez-vous pour apprendre en se divertissant, faire frémir toutes les papilles et cultiver l'art de la table avec responsabilité.

CUISINER EN GEANT, COMME UN CHEF

Vivez une expérience inoubliable en participant à **un cours de cuisine géant en compagnie cette année de deux chefs !** Un « chef secret » dont nous préférons garder la surprise qui sera accompagné de Ninon Gouronnec , jeune cheffe engagée.

La brigade sera composée d'une centaine de participants : les amateurs et les plus aguerris pourront ainsi suivre les Chefs, étape par étape, pour réaliser une recette locale savamment choisie.

Une fois réalisée, place à la dégustation pour se régaler !

DEMONSTRATIONS CULINAIRES

Sebastien Kardinal, Chef vegan, décrit comme « gourmet et gourmand », critique gastronome, auteur et youtubeur **conjuguera streetfood et alimentation vegan** pour un mariage détonnant.

En plus petit comité, **une masterclass autour des saveurs orientales** fera voyager le public. Une véritable évasion culinaire assurée par **la cheffe Gabrielle Beck, du restaurant Tintamarre !** (labellisé Ecotable, mélange de la culture occidentale à l'héritage levantin)

SE CULTIVER EN SAVOURANT

Projection sur les dessous de l'alimentation, démêler le vrai du faux du régime végétarien, décryptage des étiquettes, s'enrichir en débattant autour des aliments transformés, apprendre à manger sainement en fonction de son porte-monnaie, découvrir une jeunesse qui s'engage sur le terrain, assister à des conférences qui nous enseignent les dessous du café et du vin, leur histoire, mode de production, variété des saveurs, se délecter à des dégustations...chacun sortira du festival avec de nouveaux réflexes quotidiens, meilleurs pour l'environnement et gustativement. Une mise en lumière des experts et acteurs aidera les visiteurs à mieux comprendre les enjeux d'une agriculture et alimentation plus saines et durables, et combien il est essentiel de concilier l'humain et la planète pour sa préservation, tout en conservant le plaisir.

DEVEZ-VOUS ACTEURS DU MIEUX MANGER

« *On est ce que l'on mange* » on a tous entendu ces mots un jour, dérivés de la philosophie d'Hippocrate « *Que la nourriture soit ta médecine* ». Aujourd'hui, avec la profusion des choix, la surconsommation, l'industrialisation alimentaire, l'intensification des rythmes de vie, beaucoup négligent leur rapport à la nourriture. Le Festival MIAM ! a à cœur de faire **prendre conscience en l'expérimentant concrètement** qu'il nous est facile de varier nos aliments, de consommer moins de viande, de promouvoir les productions « bio » en mettant l'accent sur le local, le circuit-court, les fruits et légumes de saison et une agriculture raisonnée.

A travers des ateliers kids et familiaux, des balades à la découverte du potager, les astuces quotidiennes anti-gaspi, la fabrication d'un calendrier de saison, des recettes faciles, les astuces pour cultiver ses propres herbes aromatiques, les visiteurs pourront réaliser comme il est bon de manger ce que l'on produit. Peut-être se laisseront-ils tenter également lorsqu'ils flâneront dans le village gourmand et éthique de la Fondation où les exposants prodigueront les conseils bienveillants et présenteront la richesse de leurs produits, à côté d'initiatives et démarches engagées en faveur du mieux manger.

Comme se nourrir est un plaisir gourmand, un art de vivre que l'on aime partager, vous pourrez clôturer ce week-end MIAM autour d'un **moment festif**.

Déroulé :



Samedi 4 septembre

De 11h15 à 12h : cours de Yoga, cours de cuisine géant en plein air, balade à la découverte du potager

De 14h30 à 17h : conférence « être jeune et bien manger », top chrono « devenir un expert anti-gaspi », cours de cuisine géant en plein air, fabrication d'un calendrier de fruits et légumes de saison.



Dimanche 5 septembre

De 11h15 à 12h : cours de Yoga, atelier cuisine, balade à la découverte du potager

De 14h30 à 17h : masterclass streetfood en plein air, atelier « mon jardin à portée de mains », conférence « face cachée de nos assiettes », apéro écolo



Samedi 11 septembre

De 11h15 à 12h : cours de Yoga, atelier de cuisine, balade à la découverte du potager

De 14h à 17h : cuisine du monde, top chrono « devenir un pro du bio », masterclass « astuces faciles et durables », conférence, atelier de cuisine



Dimanche 12 septembre

De 11h15 à 12h : cours de yoga et atelier cuisine vegan

De 14h30 à 17h30 : top chrono « j'apprends à décrypter les étiquettes », conférence « comment l'agriculture a changé », masterclass « comment manger végétarien au quotidien », ateliers kids, rencontres, concert



Sur les 2 week-ends (de 11h à 18h)

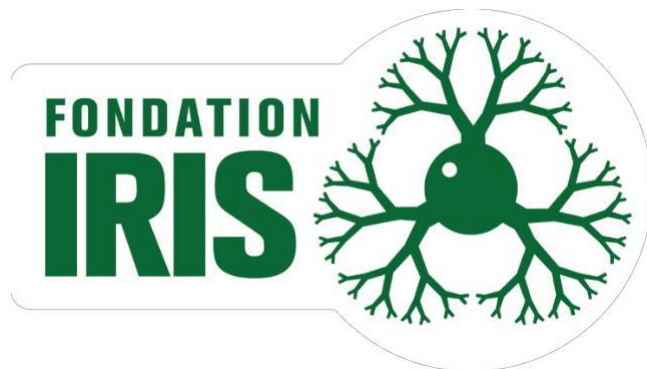
FoodCourt, village gourmand et éthique, librairie éphémère avec des livres de Chefs engagés



FONDATION GoodPlanet

LA FONDATION GOODPLANET

Premier lieu dédié à l'écologie et la solidarité à Paris, la Fondation GoodPlanet a ouvert ses portes en mai 2017 au Domaine de Longchamp à l'initiative de Yann Arthus-Bertrand avec le soutien de la Mairie de Paris, de la MAIF et en collaboration avec Paris Society. Depuis 2017, ce sont 450 000 visiteurs qui ont vécu l'expérience GoodPlanet autour du réchauffement climatique, de l'alimentation durable, de la liberté de la presse, de la pollution plastique des océans ou encore de la mode éthique. Depuis son ouverture, la Fondation a reçu de nombreuses personnalités engagées parmi lesquelles Cyril Dion, Jane Goodall, Rob Greenfield, Plantu, Anne Hidalgo, Nicolas Hulot, Matthieu Ricard, Sebastião Salgado ou encore le prix Nobel de la Paix Muhammad Yunus.



La Fondation Iris a pour objectif d'aider à « sauvegarder la fragile beauté du monde ». Son action se concentre sur l'aide à la préservation de sites naturels et des espèces menacées. Elle promeut des projets de sensibilisation du public sur les thématiques de la préservation de l'environnement et de la biodiversité. Elle soutient également des initiatives d'agroécologie. Enfin la fondation organise ou soutient des expéditions scientifiques et naturalistes à travers le monde.