



FORMATION À L'ÉCORESPONSABILITÉ DES PROFESSIONNELS DE LA RESTAURATION COMMERCIALE ET COLLECTIVE

Par LES BOUILLONNANTES
association loi 19901



LES BOUILLONNANTES

Qui sommes-nous ?

LES BOUILLONNANTES



L'association Les Bouillonnantes s'engage à :

1

Fédérer, soutenir, accompagner et valoriser
les lieux et acteurs de la restauration à Nantes et autour de Nantes,
engagés en faveur d'une alimentation durable, humaine et solidaire

2

Informier et inspirer le citoyen
vers des pratiques alimentaires
durables et vertueuses

VALEURS



L'association Les Bouillonnantes affirme défendre les valeurs suivantes :

1 AGIR POUR LA TRANSITION ALIMENTAIRE

Protection du vivant, des ressources et de la biodiversité, économie en eau et en énergie, valorisation de l'agriculture biologique, des circuits courts, du terroir, du local, de la paysannerie... respect de la saisonnalité et des cycles de reproduction, bientraitance animale, sauvegarde des espèces...

2 VALORISER L'HUMAIN ET LE SAVOIR-FAIRE

Mettre en valeur l'implication humaine et éthique, valoriser l'engagement, l'entrepreneuriat, la transmission, le savoir-faire et le savoir-être et veiller à une juste rémunération.

3 FACILITER LA RENCONTRE

Mettre en réseau, provoquer la rencontre et l'échange entre l'ensemble des acteurs de la chaîne alimentaire : paysans, producteurs, artisans, commerçants, cuisiniers...

4 TRANSMETTRE ET INSPIRER

Partager l'expérience et la connaissance, sensibiliser par des messages positifs, accompagner et conseiller chacun, communiquer les résultats, être accessible au plus grand nombre...

5 PROMOUVOIR LE CHANGEMENT

Valoriser les nouvelles démarches, permettre la singularité, soutenir les initiatives écologiques et sociales, s'inscrire dans un réseau d'acteurs innovants ...

6 ÊTRE POSITIF

Encourager. Soutenir. Valoriser. Susciter l'émotion, le plaisir, la gourmandise. Inciter la curiosité et la bienveillance. Amener chacun à un niveau plus émotionnel, humanisé et vivant.

OBJECTIFS



L'association Les Bouillonnantes affirme les objectifs suivants :

- Réduire l'impact environnemental de notre alimentation
- Sensibiliser et susciter un changement de pratiques vers une alimentation locale, bio, durable, paysanne et humaine
- Fédérer et soutenir les acteurs de la restauration & de l'épicerie, engagés en faveur de l'alimentation durable
- Permettre la rencontre et l'entraide entre professionnels & renforcer les synergies
- Valoriser les bonnes pratiques et les initiatives locales
- Donner des connaissances aux professionnels et aux consommateurs
- Transmettre, informer, amener le débat, faire réfléchir
- Permettre une juste rémunération des producteurs et artisans
- Renforcer les circuits-courts, mutualiser et réduire l'impact carbone des livraisons
- Renforcer la coopération entre les territoires ruraux et urbains
- Créer du lien aussi avec les publics les plus éloignés de ces préoccupations
- Animer Nantes et sa région

Pour une alimentation durable, humaine et solidaire

GENÈSE



L'association Les Bouillonnantes a été initiée en février 2020 par Laurence Goubet



Après avoir travaillé pendant 8 ans dans le management d'artistes des musiques actuelles et l'organisation de tournées, Laurence Goubet se forme en cuisine au Robin des Bois, un restaurant bienfaiteur et engagé à Montréal, avant de s'orienter vers l'événementiel, le journalisme culinaire et l'accompagnement des acteurs de la restauration.

Elle s'est notamment investie à Paris dans l'organisation d'événements culinaires participatifs au sein de L'atelier des Chefs et le développement de l'association Le RECHO qui a pour but de créer du lien par la cuisine auprès des réfugiés.

Portée par l'envie de créer du lien, de sensibiliser les professionnels et le grand public aux enjeux d'une alimentation durable et éthique et de valoriser les acteurs locaux engagés, elle s'installe à Nantes et initie en octobre 2019 le média Les Bouillonnantes, puis en février 2020 l'association du même nom.

Elle écrit aussi pour différentes publications (Îlots Magazine, Les Tables de Nantes, La Ruche qui dit Oui, Kostar...), accompagne plusieurs restaurateurs, vignerons et artisans engagés dans leur communication et enseigne la gastronomie et l'œnologie dans plusieurs écoles.

Elle co-organise également le Refugee Food Festival à Nantes.



FORMATION À L'ÉCORESPONSABILITÉ

En faisant le constat que

- notre alimentation est responsable d'env. 1/3 des émissions de gaz à effet de serre et source d'enjeux écologiques, sanitaires, sociaux et économiques
- Actuellement, un quart des repas est pris hors domicile (en Loire-Atlantique, cela représente 63 millions de repas par an)
- Jusqu'à peu, les formations diplômantes aux métiers de la restauration ne prenaient pas en compte les enjeux écologiques liés aux pratiques du métier de restaurateur
- les Chefs et professionnels de la restauration sont des porte-paroles auprès du grand-public

Tant contraint par le contexte légal qu'encouragé par la demande des consommateurs, il est primordial que la restauration collective et commerciale s'adapte aux enjeux écologiques actuels et puisse mettre en place une démarche de progression de ses pratiques professionnelles

10 AXES DE TRAVAIL

- 1. AGRICULTURE & PÊCHE**
Comprendre les pratiques agricoles & modes de culture, les labels
- 2. APPROVISIONNEMENT**
Améliorer son sourcing et choisir des fournisseurs vertueux
- 3. NUTRITION**
Décrypter les enjeux d'équilibre alimentation
- 4. CUISINE VÉGÉTALE**
Cuisinier les légumes, céréales et légumineuses
- 5. ANTI-GASPI**
réduction du gaspillage / valorisation des déchets organiques
- 6. GESTION DES DÉCHETS**
réduction des déchets / tri / réemploi
- 7. RESSOURCES**
eau / énergie
- 8. NON-ALIMENTAIRE**
Produits d'entretien, textile, équipements
- 9. COMMUNIQUER**
Valoriser sa démarche éco-responsable
- 10. IMPLIQUER LES ÉQUIPES**



OBJECTIFS

1. Aller au-delà des objectifs de la Loi Egalim avec un minimum de 70% de produits de qualité dont 40% bio
2. Réduire de 50% la consommation de produits carnés
3. Réduire de 50% les émissions de gaz à effet de serre
4. Réduire de 25% la consommation d'énergie
5. Réduire de 50% les biodéchets générés
6. Économiser jusqu'à 1 litre d'eau par couvert



1. AGRICULTURE & PÊCHE

Quelles sont les différences entre agriculture conventionnelle, agriculture biologique, agroécologie, permaculture, agroforesterie, agriculture régénérative, polyculture... ?

Quels sont les modes d'élevage ayant le moins d'impact carbone ?

Comment respecter la saisonnalité ?

Faut-il privilégier le local au bio ?

L'agriculture bio peut-elle nourrir la planète ?

Faut-il faire confiance au label bio ?

Que valent les autres labels ?

Quels sont les avantages des semences paysannes ?

Comment favoriser la biodiversité ?

Qu'est-ce qu'une pêche durable ?

Voici autant de thèmes qui seront évoqués pour comprendre les enjeux de l'agriculture et les modes de culture.



2. APPROVISIONNEMENT

Comment s'approvisionner durablement ?

4 axes seront étudiés

- Les modes de production
- La saisonnalité
- La qualité et la quantité des produits animaux
- Le transport

Afin d'entrevoir les meilleurs choix possibles pour chacun et de réduire l'impact environnemental des achats alimentaires faits par l'établissement



3. NUTRITION

Parce que nos choix alimentaires ont tant un impact sur la santé des écosystèmes que sur celle des humains (maladies chroniques liées à la malnutrition, cancers liés aux produits ultra-transformés et à l'utilisation de chimie...), il convient d'interroger l'impact sanitaire de nos choix alimentaires et apprendre quelques notions de nutrition et d'équilibre alimentaire.

Comment favoriser la santé des consommateurs par le menu ?

Comment équilibrer un repas ?

Comment réduire la production de produits carnés sans impacter la croissance des enfants ?

Les protéines animales et végétales ont-elles les mêmes apports ?

Quels produits animaux privilégier ?

Quels sont les impacts du sucre, des produits gras, de la viande... ?



4. CUISINE VÉGÉTALE

À l'échelle mondiale, l'élevage représente 14,5% des gaz à effet de serre.

Ainsi, réduire la part de produits carnés dans les menus peut avoir un réel impact pour l'environnement.

Mais comment quitter une cuisine où le légume tient souvent le second rôle et réinventer des assiettes ?

En faisant le choix d'une cuisine végétale les Chefs combleront aussi les attentes d'un public qui pour différentes convictions est en attente de plats + végétaux et d'une diminution de consommation des produits carnés.

Mais cela nécessite de mieux connaître la cuisine et les attributs des légumes, des légumineuses et des différentes céréales.



5. ANTIGASPI

En moyenne, ce sont 1/3 des aliments produits qui sont gaspillés.

Quand on connaît l'impact environnemental de l'alimentation, il est certain que le gaspillage y joue un rôle important.

- Quelles sont les sources des déchets alimentaires produits par les établissements ?
- Comment réduire ce gaspillage alimentaire ?
- Comment valoriser les biodéchets ?

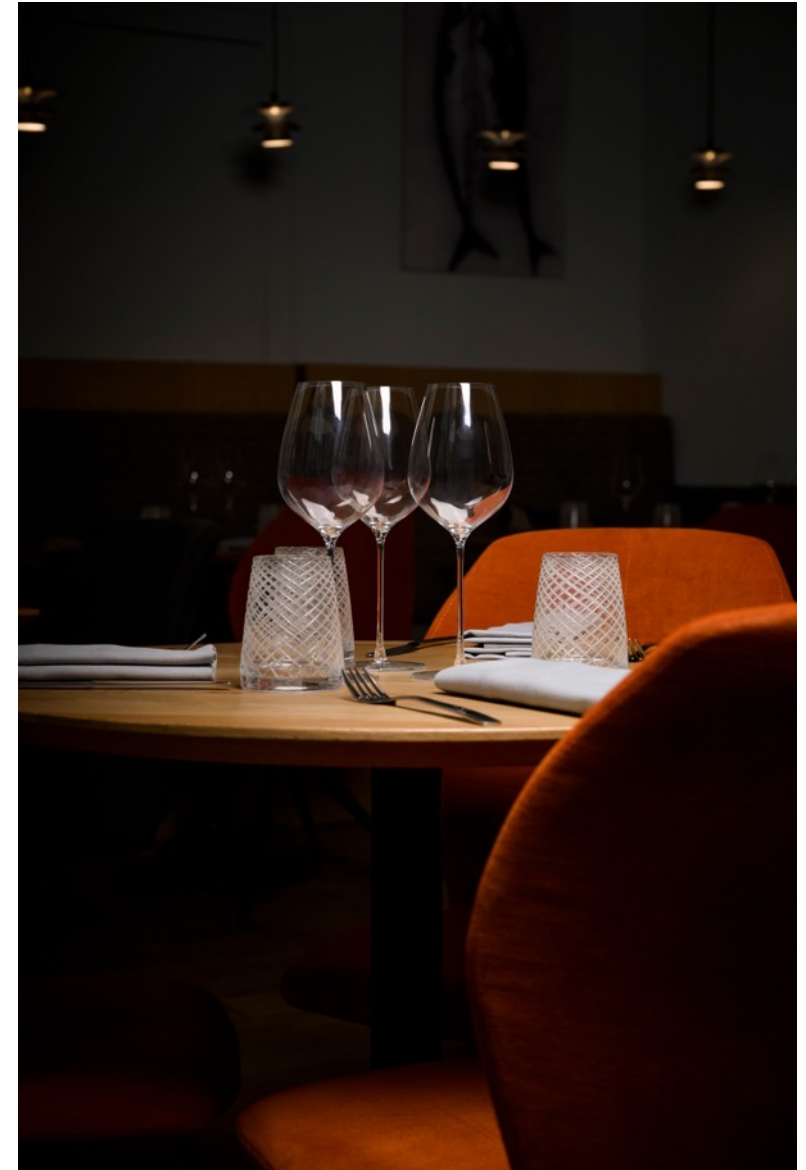
Voilà autant de sujet qui seront étudiés à travers des études de cas pratiques afin d'identifier et de mettre en place des pratiques de réduction des déchets alimentaires de la production à la consommation



6. GESTION DES DÉCHETS

- Quelles sont les obligations des restaurateurs concernant la gestion des déchets ?
- Quels sont les impacts environnementaux des différents matériaux ?
- Comment réduire l'usage du plastique à usage unique dans son établissement ?
- Que faut-il savoir sur le recyclage ?
Quels emballages choisir pour la vente à emporter ?
- Comment mettre en place la consigne ?

Voici autant de sujets qui seront étudiés à partir de cas pratiques afin d'identifier les sources de production des déchets et d'en réduire la quantité



7. RESSOURCES

Plus de 50% de l'énergie, au niveau mondial est lié aux énergies non renouvelables (pétrole, charbon) qui ne sont pas infinies et ont des impacts importants...

Quant à l'eau, on sait qu'elle est une ressource qui pourrait venir à manquer sur des périodes + ou - longues.

Afin d'agir il est nécessaire de prendre conscience de ces enjeux et mettre en place une réduction de la consommation en énergie et en eau à l'échelle de chaque établissement : équipements économes, modes de cuisson, optimisation...

Les pistes sont nombreuses et demandent d'être partagées avec l'appui de cas pratiques



8. NON ALIMENTAIRE

Produits d'entretien, mobilier, équipements, vaisselle, linge, outils numériques, menus...

Les impacts des restaurants collectifs ou commerciaux ne touchent pas que le choix des aliments et leur transformation

Quels produits d'entretien choisir ?

Que valent les écolabels ?

Comment aménager son établissement ?

Comment équiper et décorer sa cuisine ? Et sa salle ?

Vaut-il mieux utiliser des serviettes en tissu ou des serviettes en papier ?

Comment réduire l'impact numérique d'un établissement ?

Voici autant de sujet qui pourront être interrogés selon les besoins de chacun



9. COMMUNICATION

Communiquer sur sa démarche est nécessaire et peut avoir des effets positifs pour

- Informer
- Fidéliser son public
- Recruter
- Inciter les consommateurs à participer aux changements de pratique

Comment communiquer ?

Avec quels outils ?

Quel ton utiliser pour avoir de l'impact ?

Comment réduire l'impact de sa communication physique et numérique ?

Voici les sujets qui pourront être étudiés à travers plusieurs modules consacrés aux différents supports physiques et numériques.



10. IMPLIQUER LES ÉQUIPES

Afin de réussir un vrai changement de pratique vers une démarche écoresponsable, il est nécessaire d'impliquer l'ensemble des équipes (en salle et en cuisine) de l'établissement.

Car les sujets touchent le service, la cuisine, le nettoyage, les approvisionnements, la gestion des déchets... et concerne ainsi l'ensemble des salariés.

Comment former ?

Comment adapter ses process aux particularités des employés ?

Comment améliorer la communication interne ?

Comment valoriser chacun ?





+ D'INFOS

REJOINDRE L'ASSOCIATION



EN SAVOIR +
www.les-bouillonnantes.com

SUIVRE L'ASSOCIATION SUR LES RÉSEAUX

[Instagram](#)
[Facebook](#)
[LinkedIn](#)

REJOINDRE LA COMMUNAUTÉ

[Sur facebook](#)

DEVENIR BÉNÉVOLE
[en vous manifestant ici](#)

ADHÉSION
[Adhérer à l'association](#)

FAIRE UN DON
[Soutenir l'association par un don](#)

CONTACTS

Adresse postale

Association Les Bouillonnantes
38 rue Morand 44000 Nantes

Nos bureaux

Open Lande
10 rue de l'île Mabon 44200 Nantes

Coordination

Laurence Goubet
06 72 05 11 56
laurence@les-bouillonnantes.com