



COCAGNE ALIMEN'TERRE

Juin 2026

Edito

Saveur santé ?

PFAS, cadmium, hexane, lait infantile contaminé, additifs gras et sucrés... A produire toujours plus, l'industrie agro alimentaire, qui nous considère comme des consommateurs, ne nous épargne pas.

Manger, ce n'est pas uniquement faire taire son estomac, c'est prendre soin de soi et se prémunir de maladies ou d'addictions involontaires, notamment dues au sucre, sel, gras et autres additifs.

Sur le terrain, associations, citoyens, chercheurs, professionnels de santé révèlent, s'organisent pour passer de l'indignation à l'action et reprendre la main sur notre système alimentaire, enjeu majeur de santé publique.

Poursuivez la lecture et découvrez quelques initiatives inspirantes et caritatives qui prouvent que la solidarité et l'engagement collectif contribuent à redonner à chacun le pouvoir de choisir une alimentation saine et responsable.

Le projet SHERPA tisse des liens entre alimentation et santé



Depuis 2025, le projet SHERPA, soutenu par le Plan Régional Santé Environnement, fédère des acteurs clés du médico-social sur le territoire du SICOVAL : la Maison de Santé Pyxis à Auzeville, le Centre Jean Lagarde à Ramonville et la Maison Familiale et Rurale à Donneville. Ensemble, nous avons animé 4 cycles d'ateliers pour repenser l'alimentation comme un levier de santé et d'environnement... **La suite**

La dignité dans l'assiette, des acteurs de la solidarité se forment à la cuisine nourricière



En avril, une formation en «cuisine nourricière» s'est déroulée au Centre Social d'Empalot. Cette formation de 3 jours, proposée par le réseau national Cocagne, a été dispensée auprès d'une douzaine d'animateurs et animatrices de diverses structures des Jardins de Cocagne et de la Banque Alimentaire de toute la France.

Au programme : (ré)apprentissage de techniques culinaires simples et bas carbone, méthodes et outils d'animation... Et surtout beaucoup d'échanges et de déconstruction de représentations autour de nos assiettes !

Un grand merci au centre social d'Empalot pour son accueil !

Dérèglement climatique Impact de notre alimentation



Hélène Piederrière

Animatrice association Cocagne Alimen'Terre

Dossier climat L'empreinte carbone de l'alimentation

12/13 Midi-Pyrénées

Avec Lucile Rogissart, chercheuse en transition agricole & alimentation qui nous rappelle que les français mangent 2,5 fois plus de viande que la moyenne mondiale, nous témoignons sur **ici Occitanie** lors d'un atelier à la Maison Caritas du Secours Catholique à Toulouse. Un reportage engageant à réfléchir sur nos habitudes de consommation et à démontrer comment concilier plaisir de manger, santé, accessibilité et respect de l'environnement...

Reportage

Concert caritatif : Immense merci au Conservatoire de Colomiers et Ti-Tat Band



Samedi 23 mai, le Conservatoire de Colomiers et le Ti-Tat Band ont dédié leur concert annuel au bénéfice de Cocagne Alimen'Terre. Le public a bravé la canicule pour s'immerger dans un fabuleux répertoire Jazz.

Merci aux musiciens, à la ville de Colomiers et aux bénévoles d'avoir orchestré cet évènement. Un chèque de **2400€** nous a généreusement été remis par Frédéric Lhermitte, saxophoniste, président du Tit-Tat band lors d'une cérémonie en présence de Sandrine Bouzigues, conseillère municipale et déléguée au bien manger, Caroline Vauchère, adjointe déléguée à la culture et Delphine Pascual, directrice du conservatoire de Colomiers.



Animations dans les écoles Toulousaines L'Odyssée des fruits et des légumes



Depuis fin mars, nous réalisons des ateliers de sensibilisation auprès des enfants dans le cadre de l'Odyssée des fruits et des légumes. Ce parcours éducatif périscolaire et scolaire porté par la ville de Toulouse ayant pour but de sensibiliser aux fruits et légumes de saison, a été réalisé dans 10 écoles maternelles et élémentaires de la ville, en partenariat avec les associations Pro Portion et l'Ecole Comestible. De beaux moments d'échanges et de découvertes avec des enfants curieux de jouer, cuisiner et déguster !

Future Café – cantine solidaire à Empalot

**Les habitants du quartier imaginent un lieu commun, où
chacun se sentira bien**



Dans le cadre de notre futur café-cantine, financé en partie par le programme européen POCTEFA, plusieurs ateliers participatifs ont été organisés par Cocagne Alimen'Terre. Depuis mars 2026, Maria Bonastre et Chloé Guénégé échangent avec les habitant.e.s du quartier autour de leurs envies et idées : l'alimentation, l'accueil, les activités ou encore l'aménagement du lieu dont l'ouverture est prévue début 2027.

L'objectif : imaginer un lieu commun, où chacun se sentira bien !

Merci beaucoup à toutes les personnes qui participent à cette démarche et contribuent à faire vivre ce projet.

[Rejoindre le collectif](#)

Coté emploi

**Héloa est à la recherche d'opportunités en
biologie, écologie ou éducation à l'environnement**



"Actuellement animatrice à Cocagne Alimen'Terre, je suis titulaire d'une Licence en Biologie avec une expérience en biologie marine et en animation d'éducation à l'environnement auprès d'enfants et d'adolescents. Je maîtrise l'élaboration de protocoles scientifiques, la rédaction de rapports et la vulgarisation auprès de publics variés."

Contacter Heloa

Joachim, animateur poète achève son parcours en insertion et part en formation à l'institut Limayrac

Mon aventure à Cocagne Alimen'Terre aura été un archipel de sable blanc au milieu de l'océan : Tablier bien attaché, microbiote sous contrôle, projet de formation d'Accompagnement Éducatif et Social en vue et confiance retrouvée, j'y ai trouvé ma voie, serein et reconnaissant... **La suite**

**Pierre Adrien notre nouveau
Conseiller en Insertion Professionnelle**



De la terre aux humains : son parcours, entre maraîchage bio, aventure agricole au Canada et engagement social, l'a naturellement mené vers le métier de CIP, alliant sa passion pour l'agriculture et son envie d'accompagner... **La suite**

Engagez vous à nos cotés

Devenez ambassadeur·rice de nos animations
dans votre structure ou votre entreprise



CATALOGUE
D'ANIMATIONS
2026

Faites d'une pierre deux coups et ayez de l'impact

- Soutenez l'Economie Sociale et Solidaire: notre association emploie 9 personnes en parcours d'insertion
- Facilitez l'adoption par un large public d'une cuisine nourricière et conviviale.

Nous proposons plus de 40 animations déclinables selon les thèmes, l'âge et les attentes des participant.e.s auprès de tous les publics : associations, centres sociaux, entreprises, CSE...

- Manger moins d'aliments transformés
- S'appropriier des techniques culinaires bas carbone et peu coûteuses
- Décliner les recettes selon la saison
- Cuisiner avec des ustensiles simples, opter pour le vrac
- Diversifier ses sources de protéines
- Faire ses courses à petit budget et réduire le gaspillage

Envie d'en savoir plus ou de vous lancer ?

Contactez nous



N'attendez pas, mettez votre grain de sel !

En adhérant ou en devenant bénévole

- vous dites "OUI" et apportez un soutien concret à nos projets;
- vous donnez de la voix pour rappeler que manger sainement est un droit, pas un privilège

Agir avec Cocagne Alimen'Terre

Agenda et Recettes



Retrouvez nos actions citoyennes,
ateliers, événements, formations...

Redécouvrez les légumes de saison et
recettes réalisables rapidement à petit
budget.

Programmation

Recettes

Nos partenaires adhérents : Afidel, AlimEco, Centre social ASSQOT Bagatelle, CISALI, Emmaüs Toulouse, FairEco, GESMIP, Graines d'avenir Comminges-Pyrénées, Jardins du Comminges, Jardins du Girou, Jardins du Ricotier, Jardins du Volvestre, La Chouette Coop, La Cloche, Main Tendue, Partage Pradettes, Secours Catholique Ariège-Garonne, Secours Populaire Français – Antenne de Castanet, Ville de Blagnac, Ville de Castanet, VRAC Toulouse Métropole

Nos organismes
bénéficient du soutien de
nombreux partenaires



Cofinancé par
l'Union européenne



CAISSE
D'ÉPARGNE
de Midi-Pyrénées



toulouse
métropole



RÉSEAU
COCAGNE

COCAGNE ALIMEN'TERRE

14 rue de Tivoli - 31000 Toulouse
alimen-terrecocagnehaute-garonne.org



Cet email a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}. Vous avez reçu cet email car vous vous êtes
inscrit sur Cocagne Haute Garonne.

[Se désinscrire](#)

Envoyé avec
Brevo