

la Cité de l'Alimentation ^{Phase 1}

À Taaaable !

La Cité de l'Alimentation, un lieu ouvert pour se retrouver autour d'une alimentation de qualité pour toutes et tous

Ouverte en 2024 dans les locaux de l'ancien lycée hôtelier Rabelais d'Hérouville-Saint-Clair, la Cité de l'Alimentation porte le projet d'y créer un pôle multi-activités dédié à la production, la pédagogie et le partage autour de l'alimentation, la cuisine et la transformation de différents produits agricoles.

Actuellement dans une première phase de démarrage du projet, la Cité de l'Alimentation accueille un restaurant associatif d'une quarantaine de couverts, ouvert le midi du mardi au vendredi, et développe progressivement une programmation d'événements et des actions en partenariat avec différentes structures locales autour de la cuisine et l'alimentation : établissements scolaires, centres d'animation, associations, structures médico-sociales, lieux culturels... L'objectif est de partager des moments de découverte, de transmission et de convivialité autour de la cuisine et l'alimentation, développant ainsi une culture du « fait maison » pour toutes et tous.

Les activités pédagogiques

Lors d'une activité, l'équipe salariée de la Cité de l'Alimentation vous accueille dans une cuisine professionnelle autour d'une animation que nous pouvons vous proposer «clés en main» ou que nous pouvons inventer ensemble. La cuisine et l'alimentation sont des éléments qui nous rassemblent et que l'on peut explorer dans toutes leurs dimensions : le goût, le plaisir de faire et déguster ensemble, la saisonnalité et l'écologie, l'histoire des recettes et les patrimoines culinaires partagés ou singuliers du monde entier, l'équilibre alimentaire et l'alimentation comme base d'une bonne santé, jusqu'à parler chimie autour de boissons fermentées et de sodas maison ! N'hésitez pas à venir nous rencontrer pour échanger autour de vos idées.

La Cité de l'Alimentation bénéficie du soutien de :



FRANCE ACTIVE

Les ateliers et activités de groupes

Les activités décrites ci-dessous ne sont pas exhaustives mais destinées à donner une base de réflexion pour définir un projet adapté à votre public en dialogue avec vous. Notre équipe est inventive et ne demande qu'à personnaliser une offre selon vos envies. Bonne lecture !

Déjeuner au restaurant associatif

Du mardi au vendredi.

Découverte d'une cuisine faite maison, à base de produits locaux et de saison, avec proposition végétarienne + possibilité d'une présentation/visite de la Cité.

Formules enfants (-12 ans)

Plat-dessert 7€ TTC

Menu complet 8€ TTC

Formules ados et adultes

Plat-dessert 14€ TTC

Menu complet 16€ TTC

Atelier en cuisine

Groupe de 15 maximum.

Deux heures d'atelier autour d'un thème de votre choix avec toujours à l'honneur les ingrédients locaux et de saison : des goûters moins sucrés et plus fruités (voire à base de légumes !), des univers particuliers (Halloween, ...), pâtisserie et boulangerie, «sodas» naturels et sans sucres ajoutés, spécialités du monde, faire du ketchup ou des pâtes fraîches maison,...

Partons de ce que vous imaginez !

- **14h30-16h30 (dégustation incluse)**
- **Possibilité d'inviter les familles pour la dégustation**

- **Forfait à partir de 200 € (inclut l'intervention d'un chef cuisinier, un animateur et l'achat des ingrédients)**

Du mardi au vendredi, possibilité de combiner avec un déjeuner au restaurant avant ou après l'atelier.

Atelier éducation au goût

Objectif : Développer la capacité à goûter et donner toute la dimension à l'acte de manger. Découverte de saveurs et textures, explorer les cinq sens qui composent l'acte de manger, apprendre à reconnaître les fruits et légumes et leur saisonnalité... Un atelier facilement adaptable dans son contenu et sa durée selon l'âge du public concerné.

- **Durée : 1h à 2h selon le public**
- **Forfait à partir de 100€**

- **Taille du groupe adaptable selon le contenu souhaité et le nombre d'accompagnateurs**

Atelier parents/enfants

Groupe de 6 enfants / 6 parents maximum.

Une demi-journée de préparation en cuisine (possibilité de définir le menu ensemble au préalable selon les envies et spécialités de chacun·e) puis repas partagé.

- **Tarif et modalités à définir ensemble**

Au resto c'est nous les chefs !

Groupe de 5 à 8 personnes, adolescents et +

Sur un service du vendredi midi au restaurant associatif, on définit le menu ensemble en amont (si possible), et le jour J on cuisine ensemble en petits groupes sous la supervision d'un chef cuisinier. Et on peut aussi accueillir les clients, présenter le menu et participer au service en salle.

- **Tarif et modalités à définir ensemble selon le profil du groupe**
- **Possibilité de faire tout le service avec nous et participer au repas d'équipe après le service, ou bien de passer à table dès midi pour déjeuner au restaurant**

Hors les murs

Nous pouvons également nous rendre chez vous pour animer un atelier, préparer ensemble sous la forme d'un atelier un temps festif à destination de votre public. Buffets, pique-niques, barbecue gastronomique en extérieur... N'hésitez pas à nous en parler !

Les stages

Durant les vacances, nous pouvons vous accueillir pour construire un déroulé d'activités sur plusieurs jours. Là aussi, vous trouverez ici quelques bases que nous pouvons affiner selon vos envies !

«Top Chef»

Deux jours (ou plus) pour un dîner gastronomique qui épatera les parents !

Jour 1 : Après avoir découvert la Cité de l'Alimentation via un déjeuner au restaurant, on découvre la cuisine, on parle de ce qu'on aime manger et ce qu'on voudrait préparer, on découvre les produits de saison et ingrédients du moment et on réalise ensemble quelques premières recettes.

Jour 2 : Après un déjeuner au resto, on se met aux fourneaux pour préparer un menu gastronomique en trois, cinq ou sept plats... que l'on invite les familles à venir déguster en soirée pour un moment convivial et culinaire.

- **Horaires et nombre de journées adaptables selon le profil du groupe**
- **Forfait à partir de 400€ + repas éventuels au restaurant le midi**
- **Groupes de 12 participants maximum**

De la graine à l'assiette

Sur deux journées ou plus. On visite un jardin potager ou un marché pour découvrir les légumes de saison avant de les déguster cuisinés au restaurant, le lendemain on se met en cuisine pour préparer un menu de saison auquel les familles sont invitées !

- **Horaires et nombre de journées adaptables selon le profil du groupe**
- **Forfait à partir de 400€ + repas éventuels au restaurant le midi**
- **Groupes de 12 participants maximum**

Tarification des activités

La Cité de l'alimentation bénéficie du dispositif « Mieux manger pour tous » pour lequel elle a reçu un financement pour les actions menées en 2025. Lorsque des actions entrent dans le champ d'application de cet appel à projet (participation et accompagnement des personnes en situation de précarité alimentaire), une partie du coût de l'action peut être prise en charge par ce dispositif.

La Cité de l'Alimentation a également mis en place un système de tarification solidaire au sein de son restaurant associatif : chaque client du restaurant peut majorer le prix de son menu de 4€, ce qui alimente une cagnotte solidaire permettant de proposer un prix solidaire de 6€ à des publics pour lesquels le tarif serait un frein, par le biais de structures sociales partenaires. La cagnotte solidaire est également utilisée pour mener des actions en faveur d'un public en situation de précarité financière.

Chaque activité proposée sera tarifée en collaboration avec la structure partenaire concernée en tenant compte des financements publics obtenus, des dispositifs particuliers dont peut bénéficier la structure, de la capacité de son public à financer l'atelier...

Un projet, une question, une idée...
Contactez-nous !
contact@citedelalimentation.fr
02.31.79.11.37

La Cité de l'Alimentation bénéficie du soutien de :



• Association Le Projet de La Cité de l'Alimentation • 5 Esplanade Rabelais, 14200 Héroville Saint Clair • 02.31.79.11.37 • contact@citedelalimentation.fr • SIRET 92404290600025 • RNA W142017667 •