



TEMPS POUR  
LA CRÉATION



## LA MOISSON ABONDANTE

### ACTIVITÉ :ÉDUCATION

### APPRENDRE À ÊTRE DE BONS ADMINISTRATEURS DE NOTRE RÉCOLTE

*Ruth la Moabite dit à  
Naomi : Laisse-moi, je te  
prie, aller glaner des épis  
dans le champ de celui aux  
yeux duquel je trouverai  
grâce.*

- Ruth 2:2

Ces activités s'adaptent à tous les âges.  
Elles sont divisées en trois sections, mais n'hésitez pas à  
les combiner ou à les utiliser séparément.



LA RÉCOLTE CALCULÉE  
CONSOMMATION  
SAISONNIÈRE ET LOCALE



LA JUSTE RÉCOLTE  
GLANAGE



LA RÉCOLTE VERTE  
SEMER, GRANDIR,  
MANGER ET RÉPÉTER

### **Bienvenue et introduction (15 min.)**

Le/la responsable présente le thème de la journée et les trois activités. Il/elle demande ensuite aux membres du groupe ce que signifie pour eux une récolte abondante et le lien qu'il y a à faire avec l'environnement.

Cela peut se faire sous forme de table ronde ou de style « maïs éclaté » (crier les réponses au fur et à mesure).

Une fois que les participants se sont dégourdis, vous pouvez les impliquer dans l'une ou l'autre des trois activités :

### **La récolte calculée (Introduction)**

#### **Consommation saisonnière et locale**

Learn why developing a seasonal mindset and buying locally grown food are important.

### **La juste récolte**

#### *Glanage*

- Découvrez pourquoi il est important de développer un esprit saisonnier et d'acheter des produits locaux.

### **La récolte verte**

*Semer, grandir, manger et répéter*

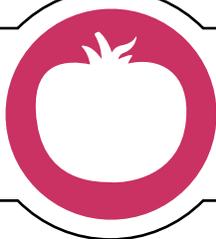


**Durée : 1 à 3 heures**

### **Emplacement**

Des assemblées générales pourraient avoir lieu dans l'église ou dans un autre espace communautaire.

Sachant que le groupe sera subdivisé pour les discussions, assurez-vous d'être préparé à accueillir plusieurs groupes de travail en même temps.



## **"SEIGNEUR, AIDE NOUS A DÉVELOPPER UN ÉTAT D'ESPRIT SAISONNIER "**

### **Objectifs :**

- Nous sensibiliser davantage à l'importance de développer un état d'esprit saisonnier ;
- Intégrer l'achat de produits locaux dans nos habitudes de consommation ;
- Prendre conscience de l'importance de réduire les déchets lors de la culture de nos aliments ;
- Glanage : récupérer de la nourriture à la fin des marchés ou de la nourriture qui serait jetée dans les supermarchés ;
- Prendre davantage conscience de l'importance d'intégrer des pratiques écologiques/ respectueuses de l'environnement, à long terme, dans l'ensemble du cycle de croissance.

**...ET AIDE NOUS A PRENDRE CONSCIENCE DE L'IMPORTANCE DE RÉDUIRE LES DÉCHETS LORS DE LA CULTURE DE NOS ALIMENTS . AMEN**



# LA RÉCOLTE CALCULÉE

## CONSOMMATION

### Objectifs

Prendre conscience de l'importance de maintenir un état d'esprit saisonnier. Intégrer l'achat de produits locaux et de saison dans nos habitudes de consommation.

- Développer un état d'esprit saisonnier
- Acheter des produits locaux

### Introduction (15 min)

Commencez par introduire l'idée des saisons et des zones de croissance. Partout au Canada, nous avons une grande diversité de climats et donc une grande variété de zones de croissance.

Prenez un paquet de graines et demandez aux enfants de sortir dans la neige et de planifier où ils vont les semer.

Si les enfants rient et disent que « c'est fou », utilisez l'activité comme thème de discussion pour leur faire prendre conscience que la nourriture est cultivée de manière saisonnière.

### Discussion (15 min)

Utilisez certaines de ces questions pour lancer le débat :

- 1) Que peut-on récolter près de nous, ici ?
- 2) Quel est votre fruit/légume préféré ?
- 3) Quels produits cultivez-vous à la maison ?

En utilisant les réponses à ces questions, essayez d'identifier où et quand ces pousses sont récoltées dans votre région, et/ou ailleurs.

Puis demandez à des enfants plus âgés ou à des adultes de rechercher ce qui est considéré comme saisonnier pour votre région.

### Achat de produits de saison (30 min)

Savoir acheter des produits de saison, c'est bien, mais ce n'est pas toujours possible.

Lors de l'acquisition de fruits et de légumes, nous essayons de suivre ces stratégies dans l'ordre :

- 1e choix - cultiver soi-même
- 2e choix - acheter d'un fermier local
- 3e choix - acheter bio

En revenant à la liste des fruits et légumes récoltés au début de l'activité, essayez de les placer dans l'une des trois catégories d'acquisition ci-dessus. Une fois qu'ils sont classés,



### CONSOMMATION SAISONNIÈRE ET LOCALE



**Lors de l'acquisition de fruits et de légumes, nous essayons de suivre ces stratégies dans l'ordre :**

**Le meilleur choix - cultiver soi-même**

**2e choix - acheter d'un fermier local**

**3e choix - acheter bio**

discutez des avantages de l'utilisation de ces stratégies, par exemple :

**Participant.** « Mon fruit préféré, c'est la fraise. Je peux donc en cultiver à la maison ou en acheter chez un agriculteur local ou acheter celles de cultures biologiques au Mexique. »

**Chef.** « Bien. Examinons les avantages et les inconvénients de chaque stratégie, en commençant par la cueillette du jardin. »

**P.** « Eh bien, les cultiver à la maison coûte moins cher que de les acheter. En plus, les fraises seront là quand je les voudrai, ce qui est génial. De plus, je saurai et je contrôlerai quels produits (pesticides ou engrais) ont été utilisés. En revanche, je ne pense pas pouvoir faire pousser autant de fraises que je le souhaite, c'est du travail de les cultiver... Et je n'obtiendrai des fraises que pendant un mois de l'année. »

**C.** « Intéressant, et que diriez-vous de les acheter à un agriculteur local ? »

**P.** « Ce serait certainement plus facile, mais je devrai payer. Je suis toujours limité dans la durée de la saison de croissance. »

**C.** « Et enfin, pourquoi pas acheter du bio ? »

**P.** « Eh bien, quand ils sont hors saison, je peux acheter des fraises biologiques importées. Elles coûtent un peu plus cher et ne sont pas aussi savoureuses, mais au moins j'ai les fraises. »

**C.** « Penses-tu que tu pourrais changer tes habitudes pour ne manger que des fraises quand elles sont en saison ici ? »

**P.** « Honnêtement, je pense pouvoir y arriver. Je suis généralement déçu quand j'achète des fraises importées, alors c'est peut-être un changement que je pourrais faire. »

**Répétez cette conversation avec quelques produits différents, puis encouragez les participants à l'appliquer au reste de ce qu'ils mangent.**

### Conclusion (10 min)

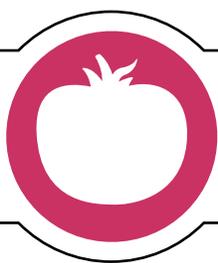
Pour clore l'activité, rappelez aux participants les stratégies classées :

Le meilleur choix - cultiver soi-même

2e choix - acheter d'un fermier local

3e choix - acheter bio

Soulignez les avantages des aliments locaux sur le plan environnemental, social et aussi en ce qui concerne la qualité des produits. Demandez aux participants de s'engager à améliorer la manière dont ils achètent leurs produits.



**« ON S'ENGAGE À AMÉLIORER LA MANIÈRE DONT NOUS ACHETONS NOS PRODUITS. »**



# LA JUSTE RÉCOLTE

## GLANAGE



### LA JUSTE RÉCOLTE GLANAGE



Ruth la Moabite  
dit à Naomi :  
Laisse-moi, je  
te prie, aller  
glaner des épis  
dans le champ  
de celui aux  
yeux duquel je  
trouverai grâce.

-Ruth 2:2

#### Objectifs

Développer une sensibilisation à l'importance de réduire les déchets lorsque nous cultivons et consommons nos aliments. Intégrer la pratique du glanage dans nos habitudes de récolte et de consommation.

1. Viser une récolte zéro déchet
2. Découvrir et mettre en œuvre le glanage

#### Introduction (15 min)

Commencez cette activité en expliquant les bases du glanage :

Qu'est-ce que c'est ?

Pourquoi est-il pratiqué ?

Qui peut le faire ?

Comment le faire ?

Pour un guide détaillant les bases du glanage :

[www.nbfoodsecurity.ca/wp-content/.../06/Kent\\_Gleaning-toolkit\\_2014-english.pdf](http://www.nbfoodsecurity.ca/wp-content/.../06/Kent_Gleaning-toolkit_2014-english.pdf)

#### Apprendre à glaner la nourriture comme Ruth (30 min)

Jeunes enfants : Jouez à semer et glaner les haricots verts.

- 1) Divisez la classe en trois groupes.
- 2) Distribuez les haricots séchés au premier groupe et demandez aux membres de les « semer » dans la classe.
- 3) Donnez au second groupe 30 secondes pour récolter tous les haricots. Rassemblez-les et comptez-les.
- 4) Demandez au troisième groupe de « glaner » le reste des haricots et demandez-leur de les compter.
- 5) Utilisez ce jeu pour expliquer le concept du glanage et en faire ressortir l'importance. Redistribuez les haricots aux enfants pour qu'ils les sèment dans la terre en utilisant des pots de papier journal, qu'ils fabriquent eux-mêmes, et qu'ils rapportent chez eux pour les faire pousser.

Les enfants plus âgés et les adolescents : Organisez une sortie scolaire

Organisez une activité scolaire dans une ferme locale pendant la saison des récoltes et invitez les enfants à rencontrer le fermier et à discuter avec lui. Quelques semaines avant la sortie éducative, demandez aux enfants de lire des livres sur la récolte et de préparer des cartes de questions à poser à l'agriculteur. Invitez-les également à préparer des cartes suggérant ce que l'agriculteur devrait faire des produits en surplus, qui ne sont pas récoltés.

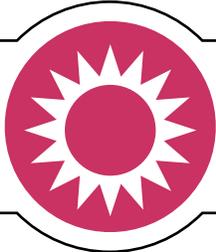
Les enseignants, qui auront préparé une question à ce sujet dans leurs mots, demandent à l'agriculteur ce qu'il fait avec les produits qui restent dans le champ après la récolte. Ils lui présentent ensuite les cartes d'idées que les enfants ont préparées au cours des semaines précédentes. Pourquoi ne pas proposer une visite annuelle à la ferme incluant la participation des jeunes au glanage des aliments ? Les produits glanés peuvent ensuite être donnés aux banques alimentaires locales, etc.

### Idées pour la communauté

- Visionnez des vidéos de différents organismes impliqués dans la pratique du glanage :
- <https://gleanings.org/videos-2/>
- <http://ontariogleaners.org/1313>
- Encouragez la découverte d'organismes et de ministères qui pratiquent le glanage en ayant un « kiosque glanant » mis en place lors des célébrations de la récolte d'automne. Si aucun

réseau de nettoyage n'existe dans votre région, formez un comité pour en créer un. Travaillez avec les banques alimentaires locales et les refuges pour sans-abri afin de coordonner les dons de produits glanés.

- Étudiez le glanage dans la Bible et discutez de vos découvertes
- <https://biblehub.com/topical/g/gleaning.htm>
- La Bible parle de laisser une partie de la moisson à glaner pour les pauvres. Elle encourage aussi, lorsque la moisson est abondante, à prier pour que les ouvriers aident les moins fortunés.
- Regardez cette vidéo qui montre à quel point le glanage aide les nécessiteux d'ici et d'ailleurs :
- [https://www.usda.gov/sites/default/files/documents/usda\\_gleaning\\_toolkit.pdf](https://www.usda.gov/sites/default/files/documents/usda_gleaning_toolkit.pdf)



## ENCOURAGEZ LA DÉCOUVERTE D'ORGANISMES ET DE MINISTÈRES QUI PRATIQUENT LE GLANAGE



# LA RÉCOLTE VERTE

## SEMER, GRANDIR, MANGER ET RÉPÉTER

### Objectifs

Développer la sensibilité de la communauté chrétienne à l'importance d'intégrer à long terme des pratiques écologiques respectueuses de l'environnement dans le cycle de croissance complet.

### Introduction : Choisir les graines (25 min)

Chaque printemps, une multitude de paquets de semences peuvent être achetés dans les quincailleries ou dans les supermarchés locaux. Entamez la conversation en apportant une variété de paquets de semences en vente localement.

- D'où viennent les graines ?
- Tous ces paquets de graines sont-ils les mêmes ?
- Demandez aux élèves de rechercher différentes entreprises qui produisent des paquets de semences.
- Pourquoi est-ce nécessaire de connaître la provenance des graines ?

Regardez la vidéo de Seed Story et discutez de ce que vous avez appris :

<https://www.usc-canada.org/resources/for-educators/seed-story>

Jouez au jeu Name that Seed, disponible en ligne : <https://www.usc-canada.org/name-that-seed/>

### Contexte (20 minutes)

Discutez des circonstances liées au choix et à la conservation des semences. Voici quelques idées pour la discussion.

- Contexte historique : Auparavant, avant que les entreprises qui vendent des paquets de semences n'existent, les gens préservaient les graines de leurs récoltes pour les semer l'année suivante.

Un grand soin était pris pour conserver les graines et elles étaient considérées comme très précieuses. Tellement que certains immigrants voyageaient jusqu'à leur nouveau pays avec leurs réserves de semences, sachant que cela leur éviterait d'avoir faim. Ainsi, cela leur permettait d'être toujours capables de cultiver leurs produits comme chez eux.

- Les options les plus écologiques d'aujourd'hui : De nos jours, les personnes soucieuses de la préservation de la diversité génétique conservent leurs semences de la récolte précédente et beaucoup joignent les bourses de semences. Cela leur donne alors l'opportunité de partager certaines de leurs semences avec d'autres et de recevoir à leur tour des semences de variétés différentes, etc.

- Pourquoi la diversité des semences est-elle importante?

C'est la façon dont la nature protège les récoltes de différents parasites et maladies. Lorsque les gens sèment les mêmes semences des mêmes variétés limitées, leurs récoltes deviennent plus vulnérables. Si une certaine variété est visée par une maladie particulière et que tous les champs sont plantés à l'aide de cette variété, toute la récolte est perdue. La plantation de semences diversifiées augmente les chances de survie d'une partie de la récolte lorsque les parasites et/ou les maladies s'en mêlent.



## LA RÉCOLTE VERTE SEMER, GRANDIR, MANGER ET RÉPÉTER



### Conclusion (10 min)

Discutez de l'origine des semences locales de bonne qualité à planter dans vos jardins. Ont-ils des variétés de pousses qui proviennent de votre région? Existe-t-il un héritage préférable, parmi ces variétés ? Pouvez-vous lancer un mini échange de semences dans



## CONSEILS ET RÉFÉRENCES

### Organisez un festival de légumes moches

Une récolte abondante entraîne certains problèmes écologiques. Certains produits ne répondent pas aux normes des supermarchés et sont laissés à pourrir dans les champs. Une des solutions est d'éduquer les gens sur le fait que les produits n'ont pas besoin de gagner un concours de beauté pour être savoureux et tout aussi nourrissants :  
<http://www.endfoodwaste.org/ugly-fruit-posters.html>

### Organiser un glanage interurbain

Demandez à votre communauté d'organiser un glanage interurbain grâce à l'utilisation des bases de données Fruitshare ou en créant la vôtre. Recherchez les arbres fruitiers que vos voisins ne récoltent plus ou dont la récolte est trop abondante pour un usage personnel. Organisez un réseau d'arbres fruitiers à récolter dans votre ville.

### Organisez une présentation démontrant de quelle manière les récoltes abondantes et la justice sociale devraient aller de pair

Découvrez ce qu'il advient des excédents de produits cultivés dans votre région. Sont-ils jetés ? Est-ce qu'ils sont donnés aux banques alimentaires ? Sinon, pourquoi ? Est-ce à cause du manque de gens pour les ramasser ou des moyens de transport limités ? Comment votre communauté peut-elle aider ? Déterminez s'ils ont besoin de bénévoles dans ces domaines et créez un groupe dans votre communauté confessionnelle.

- USC Canada cherche à mettre sur pied la souveraineté alimentaire en travaillant avec des partenaires qui augmentent la biodiversité, promeuvent les guides alimentaires écologiques et contrent les injustices : <https://www.usc-canada.org/>

- Guide des points de références locaux en matière d'alimentation durable :
- <https://www.eatwellguide.org/>
- Exemples de programmes jeunesse qui ont connu un grand succès :
- <https://www.foodbanksCanada.ca/Blog/October/Fresh-from-the-Farm-%E2%80%93-More-Than-a-Youth-Gleaning-P.aspx>
- Les organismes qui volent à la rescousse des fruits tels que Fruit Share ont fourni une charte des groupes bien réputés dans le glanage de fruits à travers le Canada : <http://www.fruitshare.ca/tag/fruit-gleaning-canada/>
- Leçons sur la planification d'une activité de récolte de haricots par des étudiants :
- [http://www.greeneducationfoundation.org/institute/lesson-clearinghouse/294-how\\_to\\_grow\\_beans\\_in\\_a\\_plastic\\_bag.html](http://www.greeneducationfoundation.org/institute/lesson-clearinghouse/294-how_to_grow_beans_in_a_plastic_bag.html)
- Apprenez sur les traditions liées à la récolte et leurs utilisations par les Premières Nations :
- <http://www.farmtocafeteriacanada.ca/2019/03/first-nations-traditional-foods-fact-sheets/>
- Visionnez la vidéo intitulée « The Story of Food » (traduction libre « La petite histoire de nos aliments ») et animez une discussion avec vos étudiants :
- <https://www.usc-canada.org/resources/for-educators/the-story-of-food>

- Ressources canadiennes sur la diversité des semences, parmi lesquelles figurent des fichiers PDF au téléchargement gratuit, qui expliquent comment conserver certaines semences :
- <https://seeds.ca/diversity>
- 
- Lisez sur Safeguarding Seed Biodiversity (Préserver la biodiversité des semences) : <https://www.seeds.ca/seedfinder/>
- Canadian resources for seed diversity including free downloadable pdf files that explain how to save some more common seeds:  
<https://seeds.ca/diversity>

## **AUTRES SITES D'INTÉRÊT EN FRANÇAIS:**

<https://www.reseaulimentaire-est.org/partenaires>

<https://info-yqq.com/agricultureurbaine/>

<http://www.farmtocafeteriacanada.ca/fr/ressources-2/publications/>

<https://mangezquebec.com/fr/calendrier-des-arrivages>

<https://santropolroulant.org/fr/quest-ce-que-le-roulant/agriculture-urbaine/>

<https://santropolroulant.org/fr/2018/08/ressources-pour-la-bibliotheque-de-semences/>

<https://www.mangegardien.com/>

<https://sqrd.org/sqrd/>