

BON APPÉTIT

L'ALIMENTATION DANS TOUS LES SENS

La nouvelle exposition temporaire de la Cité des sciences et de l'industrie, pour les 9-14 ans, du 2 février 2010 au 2 janvier 2011, première coproduction européenne d'universcience avec quatre musées scientifiques : Museo nazionale della scienza e della tecnologia Leonardo da Vinci en Italie, Heureka en Finlande et Technopolis en Belgique

La Cité des sciences et de l'industrie poursuit sa mission de vulgarisation des sciences et des sujets de société auprès des jeunes avec **BON APPÉTIT**, la nouvelle exposition temporaire sur l'alimentation destinée aux 9-14 ans, dans la lignée de *Crad'Expo, la science implie du corps humain* et de *Zizi sexuel, l'expo !*

BON APPÉTIT présente l'alimentation aux adolescents et à leurs parents, de manière festive, ludique et pédagogique. Aidant les visiteurs à faire le tri dans la multiplicité des recommandations et des messages liés à l'alimentation, l'exposition replace au cœur du sujet, la commensalité, c'est-à-dire la pratique conviviale de la table. Sociabilité, plaisir et santé sont liés pour le bien-être de tous. **BON APPÉTIT** répond à de nombreuses questions que se posent parents et enfants, revisite les repères diététiques et nutritionnels, explicite les fondamentaux d'une bonne alimentation, participe à l'éducation alimentaire des jeunes, suscite la curiosité et interroge les visiteurs sur leur rapport à l'alimentation.

L'exposition développe **cinq thèmes** à travers une trentaine d'**éléments interactifs** originaux, parfois surdimensionnés, de jeux, d'activités collectives ou individuelles, de multimedias et d'audiovisuels :

> Pierre angulaire de **BON APPÉTIT**, le thème **POURQUOI MANGES-TU ?** met en exergue les composantes scientifiques et identitaires de l'alimentation car manger n'est pas anodin, c'est une histoire intime. Cette première partie, volontairement introspective, questionne le visiteur sur son corps et ses représentations.

Parmi les éléments spectaculaires de cette thématique, le jeu **Cherche l'équilibre** sensibilise le visiteur à la nécessité de trouver le juste équilibre entre santé, plaisir et convivialité ; la machine **Digestomatic** explique les étapes du processus de digestion à partir des organes qui y sont impliqués. Enfin, **Quelle recette es-tu ?** dresse un portrait onirique du visiteur sous forme de recette de cuisine.

.../...

INFORMATION DU PUBLIC

01 40 05 80 00 www.universcience.fr

INFORMATION PRESSE

Catherine Meyer 01 40 05 82 33 catherine.meyer@universcience.fr

Dossier de presse et visuels disponibles dans l'espace presse www.cite-sciences.fr/presse



> **BIEN DANS TON ASSIETTE.** Les sociétés de consommation se caractérisent par une grande disponibilité des produits alimentaires, une forte pression des médias et une abondance de recommandations nutritionnelles et diététiques. Parmi toutes ces informations, il est difficile de s’y retrouver... Ce thème participe à l’éducation alimentaire et offre à chacun des repères.

Le **Babyfood** géant illustre l’importance de la convivialité et du plaisir autour de la table, et **Fast food** associe concrètement activité physique et alimentation sur la piste d’un stade.

> Les consommateurs, et particulièrement les enfants, ne connaissent pas l’origine des produits, ni les mécanismes de leur transformation. **ENQUÊTE SUR LES ALIMENTS** propose par conséquent de donner du sens à ce que l’on mange. Le visiteur analyse des aliments pour se les approprier et découvre les processus mis en œuvre lors de la découverte d’un aliment inconnu.

Le distributeur **Mesure en sucre, en huile et en sel** teste le visiteur sur sa capacité à estimer les quantités en sucre, graisse et sel contenues dans une sélection d’aliments. **Enquête sensorielle** le confronte à un aliment mystère...

> **LE GOÛT DES AUTRES.** Au cours de la socialisation familiale, l’enfant apprend les rythmes des repas et étoffe son répertoire alimentaire. Ainsi se transmettent les goûts et les usages, différents selon les cultures et les civilisations. Dans cette partie, le visiteur part à la découverte de l’Autre à travers sa nourriture et ses habitudes alimentaires.

Le jeu de devinettes **Les mots pour le dire** permet aux joueurs d’interagir et d’échanger autour d’un même mot, tandis que **Partager les bons mots** les amène à mettre en commun leurs ressources pour partager des références communes.

> Dans **UNE FAIM DE CITOYEN**, le jeune visiteur est considéré comme un consommateur citoyen capable de faire des choix. Les éléments d’exposition éveillent sa conscience, au plan local, dans sa vie de tous les jours, et au plan global, à l’échelle de la planète.

Le caddie extravagant de **Quel consommateur es-tu ?** questionne les motivations du visiteur au moment de l’achat d’un produit alimentaire. Le film d’animation **Comment nourrir tout le monde ?** présente l’état des lieux de la crise alimentaire. En écho, les photographies de **Peter Menzel** sensibilisent les jeunes autour des rations alimentaires pour une semaine d’une famille, dans six pays à travers le monde.

A l’usage des parents : dans chaque thème de l’expo, des **focus** destinés aux adultes répondent à des questions de fond sur la santé et l’alimentation et donnent des conseils.

Un quiz humoristique et collectif clôt l’exposition.

Enfin, reflet de l’exposition, le livre *Bon Appétit, l’alimentation dans tous les sens*, coédité par la Cité et Bayard Editions, propose une approche moderne, décomplexée et ludique de la question du bien manger (disponible en librairie à partir du 21 janvier 2010).

BON APPÉTIT, l’alimentation dans tous les sens est coproduite avec le *Museo nazionale della scienza e della tecnologia Leonardo da Vinci* (Italie), *Heureka* (Finlande) et *Technopolis* (Belgique).

En partenariat avec le *Ministère de l’alimentation, de l’agriculture et de la pêche* et la *Fondation d’entreprise ISICA*.

Tarifs : 10 € PT 8 € TR (7 à 25 ans + familles nombreuses)

Gratuit pour les – 7 ans, les personnes handicapées et leur accompagnateur, les chômeurs et les bénéficiaires du RSA, sur présentation d’un justificatif.

Visuel de l’affiche de l’exposition © CSI / Guillaume Czerw csuper.fr

Sommaire

dossier de presse de l'exposition dédiée aux 9-14 ans **BON APPÉTIT, l'alimentation dans tous les sens**

- p 4 **Introduction**
- p 5 **1. Les éléments de BON APPÉTIT**
 - p 5 Pourquoi manges-tu ?
 - p 6 Bien dans ton assiette
 - p 8 Enquête sur les aliments
 - p 9 Le goût des autres
 - p 10 Une faim de citoyen
 - p 12 La sortie de l'exposition
- p 13 **2. Les conseils et astuces de BON APPÉTIT**
 - p 13 Pourquoi manges-tu ?
 - p 14 Bien dans ton assiette
 - p 16 Enquête sur les aliments
 - p 17 Le goût des autres
 - p 19 Une faim de citoyen
- p 21 **3. Le générique de BON APPÉTIT**
- p 21 **4. Le comité scientifique**
- p 22 **5. Autour de BON APPÉTIT**
- p 26 **6. Les co-producteurs de BON APPÉTIT**
- p 29 **7. Les partenaires de BON APPÉTIT**
- p 31 **8. Le livre BON APPÉTIT, l'alimentation dans tous les sens**

INFORMATION PRATIQUES

BON APPÉTIT, l'alimentation dans tous les sens

exposition temporaire de 800 m², en français, anglais et italien

accessible à tous les publics en situation de handicap

présentée du 2 février 2010 au 2 janvier 2011

à la Cité des sciences et de l'industrie, un lieu **universcience**

30, avenue Corentin-Cariou 75019 Paris

Métro ligne 7 Porte de la Villette

Horaires : du mardi au samedi de 10h à 18h, le dimanche jusqu'à 19h. Fermeture le lundi.

Tarifs : 10 € et 8 € tarif réduit de 7 à 25 ans et familles nombreuses

Gratuit pour les moins de 7 ans, les personnes handicapées et leur accompagnateur, les chômeurs et les bénéficiaires du RSA. Réservation conseillée

www.cite-sciences.fr/bon-appetit

Visuels du dossier : © universcience / CSI / Agence Clemence Farrell / Claude Lecante / Paul Viala

Introduction

Si se nourrir est un acte naturel, garant de la pérennité de l'espèce, il semble que plus le monde évolue et plus l'état des connaissances scientifiques nous révèle sa complexité.

BON APPÉTIT apporte des réponses aux nombreuses questions que chacun d'entre nous se pose sur la façon dont nous mangeons. A l'heure où le critère « santé » tend à supplanter le goût et le plaisir dans nos modes de vie. Ainsi, en s'appuyant sur des savoirs scientifiques et en apportant des repères pratiques, cette exposition donne aux enfants et à leurs parents les moyens de mieux comprendre les règles d'une bonne alimentation et ses enjeux.

BON APPÉTIT n'impose pas de parcours mais suggère une visite intuitive de l'exposition, construite autour de grandes thématiques. L'espace est en effet scindé en cinq thèmes, identifiables par une couleur dominante. Chaque thème propose aux visiteurs des éléments surdimensionnés ou étonnants, qui prennent la forme de manipulations et de jeux, individuels ou collectifs, ou de multimédias et d'audiovisuels. Les textes s'adressent par tutoiement aux adolescents et aux enfants sur un ton convivial et dans les registres d'une information décomplexée, du questionnement introspectif ou de la connivence.

Dans chaque thème, un mobilier évoquant la cuisine propose des **focus**, sous forme d'audiovisuels, d'articles et de fiches, plus particulièrement destinés aux adultes. Les visiteurs pourront ainsi consulter des informations spécifiques sur le thème et approfondir leurs connaissances.



Co-produite avec des institutions culturelles et scientifiques européennes, **BON APPÉTIT** est l'expression de la politique internationale dynamique d'universcience, le nouvel établissement public de diffusion de la culture scientifique et technique, regroupant le Palais de la découverte et la Cité des sciences et de l'industrie. Trois musées accueilleront l'exposition jusqu'en 2013 :

- Heureka, en Finlande, du 1^{er} février au 30 septembre 2011
- Museo nazionale della scienza e della tecnologia Leonardo da Vinci, en Italie, du 15 novembre 2011 au 30 juillet 2012
- Technopolis, en Belgique, du 1^{er} octobre 2010 au 31 août 2013.

1. Les éléments de **BON APPÉTIT**

POURQUOI MANGES-TU ?

Pierre angulaire de l'exposition, le thème **Pourquoi manges-tu ?** met en exergue la double composante scientifique et identitaire de l'alimentation. Car manger n'est pas anodin. Il s'agit d'une histoire intime. Cette première partie place donc le visiteur au centre des questionnements, dans une démarche volontairement individuelle et introspective. Son propre corps, sa réflexion, ses représentations sont à la fois le sujet et l'objet du thème développé.

Qu'est-ce qui te fait manger ?

Le visiteur s'assied à une table un peu particulière : une assiette « parlante » lui pose plusieurs questions qui l'amènent à définir ses propres motivations à manger. Après avoir indiqué son âge et son sexe, le visiteur doit choisir 7 motivations parmi les 25 proposées, celles-ci étant organisées par familles : la santé / le plaisir / l'habitude / la convivialité / les humeurs. Le jeu analyse alors les réponses et définit le profil du mangeur. Chaque visiteur peut également comparer ses résultats avec ceux des autres visiteurs.



Quelle recette es-tu ?

Installé dans un four dans lequel un poulet grille, ce jeu multimédia entraîne le visiteur dans une aventure onirique et alimentaire. Il l'interroge sur son comportement et ses habitudes gustatives, avec humour et dérision, pour définir son portrait. Ce portrait prend la forme d'une recette de cuisine personnalisée, que le visiteur imprime avant de l'emporter.



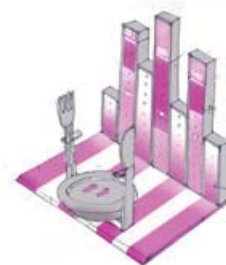
Désordre et harmonie

Les roues d'un engrenage détaillent les différentes étapes des troubles du comportement alimentaire. En les suivant une à une, le visiteur peut comprendre le cycle dans lequel certaines personnes se trouvent.



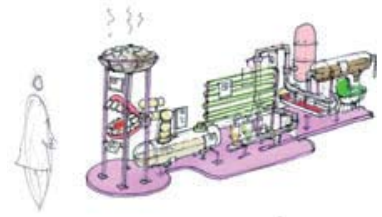
Cherche l'équilibre

Cet élément interactif explique, en impliquant le corps du visiteur, que l'acte de manger est un savant équilibre entre santé, plaisir et convivialité. Le visiteur prend place sur une grande assiette instable, faisant face à trois jauges mesurant plaisir, santé et convivialité. Des garde-corps, en forme de fourchette et de couteau, l'aident à se maintenir. Les mouvements du visiteur sur l'assiette agissent sur les niveaux des jauges : il faut bouger pour aligner les trois mesures et atteindre l'équilibre.



Le digestomatic

Le digestomatic est une étrange sculpture animée qui illustre les étapes de la digestion. Cerveau surdimensionné, grande bouche, tuyaux, pompes et autres fioles constituent cette machine géante. Petit rappel anatomique et biologique, en zoomant sur les organes mis en œuvre dans ce processus, le digestomatic indique comment la digestion transforme les aliments en nutriments.



Le **focus** de **Pourquoi manges-tu ?** permet de consulter

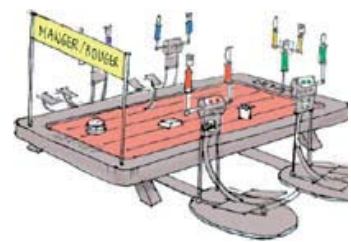
- *Ce que l'on mange étonne* : ce quiz, plutôt destiné aux adultes, tente de briser les idées reçues que l'on peut avoir sur le sujet.
- *Les plats préférés* : bœuf bourgignon, lapin à la moutarde ou spaghettis aux palourdes... Quels plats préférez-vous ? L'occasion de voir ce que les Finlandais, les Italiens, les Belges et les Français préfèrent.
- un article sur les désordres alimentaires et une quinzaine d'astuces.

BIEN DANS TON ASSIETTE

Les sociétés de consommation se caractérisent par une très grande disponibilité à tout moment des produits alimentaires, voire une surenchère de l'offre des industries, une très forte pression de communication par le biais des médias et une multiplicité de recommandations nutritionnelles et diététiques. Difficile de faire le tri dans toutes ces informations... Dans **Bien dans ton assiette**, les éléments d'exposition participent à l'éducation alimentaire et redonnent à chacun des repères nutritionnels, diététiques, hygiéniques et culinaires. Le visiteur apprend ainsi comment bien manger en se faisant plaisir et sans se priver.

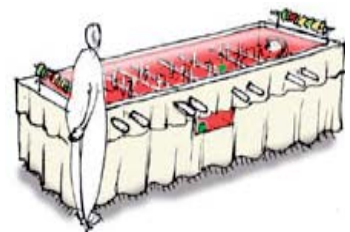
Fast food

Le visiteur compare activité physique et alimentation, en mettant en balance les dépenses d'énergie et les apports nutritionnels. Cet élément rappelle un stade d'athlétisme autour duquel quatre vélos elliptiques et une manivelle permettent aux visiteurs de déplacer leur « pion ». Les pions sont en fait des aliments factices (poisson, chips, soda, légumes et barre chocolatée). Aux visiteurs de pédaler le plus rapidement possible pour gagner la course.



Babyfood

Un babyfoot géant accueille 8 visiteurs à la fois. Les joueurs sont remplacés par des fourchettes et des couteaux, et les buts par des bouches. Ce jeu en équipe illustre l'importance de la convivialité et l'ambiance d'une tablée survoltée.



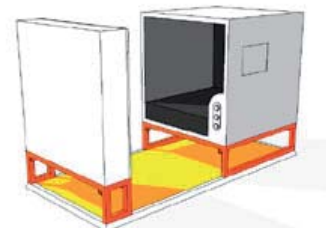
A chacun son équilibre

Chacun des six personnages issus de la peinture classique (Caravage, Klimt, de Vinci...) met au défi le visiteur pour lui attribuer son plateau-repas. Au visiteur de sélectionner parmi les plateaux-repas proposés celui qui lui semble adapté à la femme enceinte, à l'adolescent sportif et le non-sportif, à l'homme et la femme adultes, et à la fillette de 10 ans. Cet élément montre que les besoins énergétiques et nutritionnels varient selon les individus, en fonction de leur âge et de leur activité.



L'écran fait-il grossir ?

Manger seul et à toute vitesse devant un écran peut nuire à l'équilibre alimentaire. En s'asseyant dans le cube pour visionner un audiovisuel, le visiteur est en condition : il prend inévitablement une position avachie. A la fois drôle, dénonciateur et particulièrement instructif, le film de 5 minutes raconte les excès d'écrans, qu'ils soient télévisuels, informatiques ou de jeux, et leur impact sur l'équilibre alimentaire. Ce film a été réalisé spécialement pour l'exposition par Denis Van Waerebeke



Compose tes repas

Compose tes repas met en valeur l'importance du rythme et la composition d'un menu équilibré sur une journée. Deux visiteurs passent à table et commencent ce jeu multimédia. Ils indiquent leur sexe, leur âge et leur pratique sportive. En tenant compte de ce qu'ils ont mangé la veille, les visiteurs se servent de plats qui défilent devant eux pour le petit-déjeuner, le déjeuner et le dîner (sans oublier les encas). En fin de jeu, une analyse est faite pour chacun : kilocalories ingurgitées par rapport à la moyenne des besoins, pourcentages en protéides, lipides et glucides, quantité d'eau suffisante...



Le **focus de Bien dans ton assiette** permet de consulter :

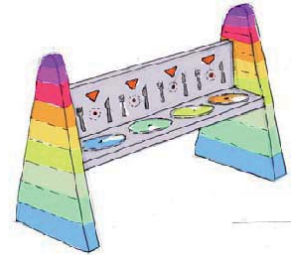
- *Le mangeur savant* : ce quiz, plutôt destiné aux adultes, apporte des repères sur les bactéries, les repères nutritionnels journaliers (RNJ) et les nutriments.
- un article sur l'obésité et une quinzaine d'astuces.

ENQUÊTE SUR LES ALIMENTS

Les consommateurs, et notamment les enfants, connaissent peu l'origine des produits et leur transformation. Dans **Enquête sur les aliments**, le visiteur peut analyser les aliments qu'il consomme couramment, les redécouvrir et se les approprier. L'exposition le sensibilise également au sens du goût et aux processus mis en œuvre dans la dégustation d'un nouvel aliment.

La pyramide

Sur une table, un jeu de 7 assiettes illustre les 7 familles d'aliments : sucré, salé et gras / eau / fruits et légumes / féculents / produits laitiers / viande, poisson et œuf / sport. Le visiteur prend les assiettes une à une, choisit la fréquence de consommation quotidienne qu'il imagine être la bonne. Il vérifie sa réponse en suspendant l'assiette : bonne réponse, l'assiette est droite ; mauvaise réponse, l'assiette est penchée.



D'où ça vient ?

D'où ça vient ? aide les enfants à identifier l'origine des produits, à comprendre la nature et ses transformations. L'élément d'exposition évoque un jardin potager, composé de six parcelles de produits bruts (pomme de terre, maïs, vache, poulet, blé et riz) et présente également un casier avec les photos de six produits transformés. Le visiteur doit associer produits et images. Un système de validation interactif confirme sa réponse.



Le ballet des aliments

L'industrie agro-alimentaire ne recule devant aucune innovation pour proposer aux consommateurs de nouveaux produits alimentaires. Un film de 4 minutes montre des séquences de transformations de produits : petits pois, fromage en portion et œuf. Un effet de montage illustre les cadences et la rapidité des processus industriels.



Mesure en sucre, huile et sel

Difficile d'estimer la quantité en sucre, en sel et en huile que peuvent contenir une assiette de paëlla, une part de gâteau au chocolat et un soda ! Ici, c'est possible grâce à ce distributeur un peu particulier : le visiteur choisit l'un de ces 3 aliments, écrase ce produit avec une manette qui fait tomber les morceaux de sucre, les cuillerées d'huile et les sachets de sel correspondants.



Enquête sur le goût

Le visiteur s'installe confortablement pour goûter un produit mystérieux. Il répond à un certain nombre de questions posées par le multimédia pour essayer de qualifier cet aliment. En sollicitant son cerveau dans la dégustation, le visiteur découvre les caractéristiques organoleptiques des aliments (goût, odeur, couleur, aspect, consistance). Il joue avec les sens mis en œuvre, ainsi que les odeurs, arômes, saveurs (acide, amer, sucré, salé, umami) et sensations trigéminales (astringent, piquant, brûlant et rafraîchissant). A l'issue de l'enquête, il pourra comparer ses réponses à celles des autres visiteurs. Deux visiteurs peuvent jouer simultanément.



Le **focus** de **Enquête sur les aliments** permet de consulter :

- *Cuisine et dépendances* : ce quiz, plutôt destiné aux adultes, traite de la cuisine et de ses techniques (blanchiment des aliments, cuisson à la vapeur, domestication du feu, épluchage des légumes...)
- un article sur les allergies et les intolérances alimentaires et une quinzaine d'astuces.

LE GOÛT DES AUTRES

Au cours de la socialisation familiale, l'enfant apprend peu à peu les rythmes de repas et ce qui deviendra son répertoire alimentaire. Ainsi se transmettent des goûts et des usages, différents selon les cultures et les civilisations. L'Autre, c'est souvent celui qui ne mange pas comme moi.

Le goût des autres s'attache à montrer l'importance de l'échange, des rituels qui sous-tendent l'acte alimentaire. Sous formes de jeux, le visiteur partage des bons mots, se nourrit de l'autre, se frotte aux nourritures de l'autre, à ses habitudes et ses rejets dans le but de s'interroger sur ses goûts mais aussi et surtout sur ses représentations.

Les mots pour le dire

Assis autour d'une table dressée pour un dîner aux chandelles, deux visiteurs jouent **Aux mots pour le dire**. L'un fait deviner à l'autre des mots sur le goût, le dégoût, la saveur... sans jamais en prononcer certains (exemple : chocolat, sans utiliser noir, cacao et tablette).



Partager les bons mots

Pour **Partager les bons mots**, 4 joueurs passent à table pour jouer ensemble autour des références communes. A partir d'une photo d'ustensiles de cuisine, chaque joueur associe le maximum de noms communs, de noms propres, d'adjectifs, de verbes... Après avoir écrit toutes ses idées sur une feuille, chaque joueur compare ses réponses à celles des autres. Celui qui a le plus de mots en commun avec les autres a gagné.



A table !

Dans un décor qui évoque les marchands ambulants asiatiques, le visiteur saisit une assiette vide « magique ». Il la place devant lui et se voit alors à l'écran avec cette même assiette remplie d'un plat virtuel et déroutant. Il peut en changer en déplaçant l'assiette : il passe ainsi d'un plat d'escargots au beurre à une pizza à la cervelle, par exemple. Cet élément d'exposition s'appuie sur la technologie de réalité augmentée.



Que mangent-ils ?

Une mosaïque de dix portraits s'affiche sur un écran tactile. Le visiteur choisit l'un d'entre eux et lance l'interview filmée cette personne. Elle décrit, sans jamais le nommer, son plat préféré en évoquant les souvenirs, les occasions de partager ce plat, les ingrédients qui le composent et la recette pour le cuisiner ? Pour chaque témoignage, saurez-vous reconnaître ce plat mystère ?



Le **focus** de **Le goût des autres** permet de consulter

- *Façons de cuisiner, manières de partager* : des films ethnographiques témoignent de la diversité de façons de se nourrir dans le monde.
- Un article sur l'alimentation et la religion et une quinzaine d'astuces.

UNE FAIM DE CITOYEN

Nous voulons le progrès mais les OGM nous font peur. Nous recherchons des produits plus sûrs, plus variés, plus faciles à cuisiner, à transporter, mais nous consacrons une part de plus en plus faible de notre budget à l'alimentation. Comment s'y retrouver ? Dans **Une faim de citoyen**, dernière partie de **BON APPÉTIT**, le visiteur est considéré comme un consommateur citoyen, c'est-à-dire qu'il peut faire des choix. L'exposition lui propose une réflexion et des solutions qui le touchent dans sa vie quotidienne, mais aussi au plan international, en lui présentant un état des lieux de la crise alimentaire et des pistes pour y remédier.

Quel consommateur es-tu ?

Pour parler de la consommation, le décor est planté : un caddie surdimensionné. Cet élément d'exposition incite le visiteur à réfléchir à ses motivations au moment de l'achat d'un produit alimentaire. Le jeu consiste à faire ses courses (lait, yaourt, céréales et jus de fruit) d'après une liste. Un caddie, exagérément long et fourni en produits factices, est à la disposition du visiteur. Celui-ci pioche les articles qui l'intéressent, puis les passe un à un sous un lecteur de code barre. Un multimédia analyse les choix et indique les critères auxquels il a peut-être été sensible, consciemment ou non (présence d'une marque, plaisir, côté pratique...).



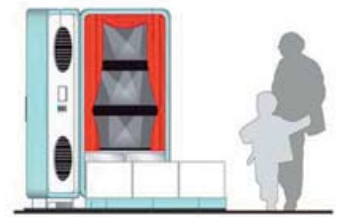
Libre d'acheter ?

Libre d'acheter ? met en scène le visiteur de façon amusante et décalée, dans un contexte de consommation. Cet élément fait penser à une installation de foire. Le visiteur entre sa tête dans une grande boîte. Par un effet d'illusion optique, seule sa tête apparaît dans la boîte, posée dans un décor évoquant le rayonnage d'un supermarché. A cet instant, un jingle et des effets lumineux se déclenchent.



Les histoires du frigo

Assis sur de gros glaçons, le visiteur assiste à un spectacle où les marionnettes sont des aliments factices animés, mis en scène dans un réfrigérateur géant. Ces saynètes humoristiques sont l'occasion d'aborder le « dessous » des aliments : dates limites de consommation (DLC et DLUO), alicaments, allégations et conservate...



Des photos de Menzel

Une mini galerie de photos présente le travail photographique de Peter Menzel mettant en scène une famille installée derrière sa ration alimentaire hebdomadaire. En observant chacune de ces 6 photos provenant du monde entier, le visiteur est frappé par les différences des produits consommés selon les pays : opulence contre pénurie, produits transformés contre produits bruts, viandes ou légumes, eau du robinet versus boissons en bouteille... Pour finir, le visiteur peut s'amuser à identifier les pays photographiés.

Comment nourrir tout le monde ?

Un film d'animation étonnant, réalisé par Denis van Waerebeke, présente en 9 minutes l'état des lieux de la crise alimentaire et propose des pistes pour y remédier (polyculture, irrigation, cohabitation élevage / culture, échanges de savoir-faire, retour au local, biodiversité, repenser l'aide alimentaire, éducation des femmes, commerce équitable, et micro crédit). Les visiteurs sont invités à s'installer sur des sacs poubelles factices pour le visionner.



Le **focus de Une faim de citoyen** permet de consulter

- *Cuisine à la sauce controversée* : ce quiz, plutôt destiné aux adultes, pose des questions sur des sujets sensibles comme les OGM, les conservateurs, les produits bio, la nutricosmétique.
- Un article sur les bienfaits de la complémentation et des astuces

LA SORTIE DE L'EXPOSITION

Le quiz final

Un quiz humoristique et collectif permet de balayer avec humour les informations données dans toute l'exposition. Cinq postes permettent à plusieurs visiteurs de jouer ensemble. Trois séries de dix questions sont proposées.



La fontaine

Une fontaine est disponible à la sortie de l'exposition, accompagnée de panneaux de textes et de conseils. Permettant aux visiteurs de se désaltérer, elle rappelle surtout que l'eau est indispensable pour l'organisme. Ni customisée, ni magnifiée, la fontaine est présentée dans son plus «simple habit», la banalité.

Le film en langue des signes

Un film en Langue des Signes Internationale est présenté à la sortie de l'exposition. Il raconte l'histoire de 2 personnes qui, après avoir fait leurs courses, percutent leur caddie faisant alors tomber leurs achats. En les redistribuant entre eux, les personnages échangent leurs connaissances et avis sur les produits : OGM, bio, commerce équitable, produits allégés, etc. Ce film dure 8 minutes.

2. Les conseils et astuces de **BON APPÉTIT**

Extraits des textes de l'exposition dédiés aux enfants et aux adultes.

Chers mangeurs, petits et grands...

Se nourrir est la préoccupation naturelle et majeure de tout être humain. A peine sorti du ventre de sa mère, le nouveau-né cherche sein ou biberon. Il découvre le goût du gras et sa première saveur, le sucré. Devenu adolescent, ce mangeur presque indépendant sait-il toujours se retrouver dans la planète alimentaire ? Sait-il bien pourquoi et ce qu'il mange ? Sait-il comment trouver bonheur et santé dans son assiette ?

Bonne visite et bon appétit !

POURQUOI MANGES-TU ?

EXTRAITS DÉSTINÉS AUX ENFANTS

Pourquoi manges-tu ?

Que dit ta façon de manger ? Ne raconte-elle que ton histoire personnelle et familiale, les traditions culturelles de ton pays et de ta région ? Ou bien également la pression des messages médiatiques sur ce qui serait bon ou mauvais pour ta santé, les recettes-miracles pour être mince, musclé ou champion de diététique ? Es-tu un mangeur libre et bien informé ? Ici, découvre ce qui te fait manger.

Toi, mangeur sensible !

Si tu ne mangeais que pour calmer ta faim, tu ne serais qu'un ventre à deux pattes ! Mais tu es un être humain et tout ce qui compose ta personnalité (éducation, émotion, perception, jugement, souvenirs, etc.) fait de toi un mangeur unique. Nous mangeons tous pour vivre mais guidés par quelle émotion, par quels désirs ? Garder la forme, trouver du réconfort, se confier, partager une culture commune ou un bon moment ? Et toi, quel est le moteur de ton appétit ?

Direction cantine, le bon plan !

On ne te le répétera jamais assez : manger en compagnie, y'a que ça de vrai ! Si ce n'est bien souvent pas possible en famille parce que tes parents travaillent, la cantine reste un très bon plan. Non seulement tu peux choisir entre plusieurs plats et te composer un repas équilibré, prendre (à peu près) le temps de manger, mais de plus, tu profites de discussions avec tes camarades. C'est la recette la plus sûre pour élever un esprit sain dans un corps sain !

Allo maman, bobo ? !

Tu te trouves trop gros, trop maigre, carrément moche, tu ne te reconnais pas ? Un malaise classique à l'adolescence. Eh oui, ton corps change. Fille, tes hanches s'arrondissent, tes seins poussent. Garçon, ton corps s'allonge, ta voix mue, ton sexe grossit. Patience, tu vas trouver ton équilibre et peu à peu, aimer ta nouvelle enveloppe. Prends du recul, cherche à devenir toi-même sans céder à l'influence des médias. Tu grandis ! Bien te nourrir est ta meilleure carte !

EXTRAITS DÉSTINÉS AUX ADULTES

Mon enfant est trop gros, que faire ?

C'est un vrai problème. Plus tôt vous le prenez en charge, plus le risque d'évolution vers une obésité à l'âge adulte diminue. Enfin, il vous sera plus facile de modifier ses habitudes alimentaires à son jeune âge qu'à l'adolescence. Les raisons de son surpoids sont a priori multiples. Proposez-lui des modifications adaptées à sa situation, acceptables pour lui et vous. Il doit être incité à une activité physique chaque jour.

Pas si facile à nourrir, un adolescent...

C'est souvent vrai. Mais pour devenir lui-même, l'adolescent a besoin de s'affirmer en se différenciant de ses parents. Il veut choisir ses vêtements, ses amis... son « manger ». Il peut trouver la cuisine familiale trop monotone ou inadaptée à ses goûts. Cette réaction est naturelle. Soyez attentif à ces changements, restez ferme mais ouvert. Laissez-le se chercher et se trouver...

L'orthorexie, qu'est-ce que c'est ?

C'est un trouble alimentaire chez les personnes qui portent une attention obsessionnelle à leur alimentation, davantage encore sur la qualité nutritionnelle que sur la quantité. L'orthorexie prend alors une place excessive et envahissante dans la vie de la personne. Cet agissement masque souvent une souffrance dépressive.

Les autres conseils et astuces de l'exposition destinés aux adultes :

Votre enfant est un peu gros : ce qu'il faut à tout prix éviter !

Quand consulter un médecin ?

Le danger si sucré des « pré-mix » !

Pour maigrir, se méfier des régimes !

Magazines féminins, le jack pot de la minceur !

Privilégier les aliments à index glycémique bas ?

Mon cerveau il consomme ?

Les liens affectifs de la nourriture

Le diabète de l'enfant, de quoi s'agit-il ?

BIEN DANS TON ASSIETTE

EXTRAITS DÉSTINÉS AUX ENFANTS

Bien dans ton assiette

Manger, tu t'en doutes, c'est bien plus qu'ingurgiter. Tout d'abord, garde à l'esprit ces trois règles du « bien manger » : santé, plaisir et convivialité. Ici, tu vas apprendre à connaître et choisir tes aliments, à manger avec plaisir et rester libre de tes choix alimentaires. Bref, être « bien dans ton assiette » ! Complicé ?

L'estomac, un organe très amical !

Manger est pour toi un plaisir ? Tant mieux, c'est sans doute que tu détestes manger seul dans ton coin. Manger en famille, entre amis ou bons copains, c'est apprendre beaucoup des autres mais aussi de toi. On prend le temps de mastiquer, d'échanger, de se raconter ! Ces rendez-vous te disent quel mangeur tu es, renforcent ton équilibre affectif et alimentaire. Tandis que tes papilles s'éveillent, ton cœur et ton esprit aussi.

Quelle énergie !

Même au repos, l'organisme a besoin d'énergie pour assurer ses fonctions vitales : cœur, respiration, température, tonus musculaire, etc. Ce besoin énergétique vital est le « métabolisme de base ». Il se mesure chez un sujet à jeun, au calme, à une température de 18 à 20° C. Pour 24 h, le métabolisme de base d'un homme est en moyenne de 1580 kcal et pour la femme, de 1290 kcal. Dès que tu bouges, tes besoins énergétiques augmentent.

Tous différents !

Nuit et jour, ton organisme consomme de l'énergie. Plus encore si tu grandis, fais du sport ou même tes devoirs. Mais chacun est différent. Après un match de basket, manger une banane va suffire à recharger tes batteries. Ton coéquipier aura peut-être besoin d'une tartine en plus. De toute façon, il faut toujours bouger pour être en bonne santé. Chaque jour, offre-toi 30 minutes de marche soutenue ou le même effort à vélo, dans les escaliers ou en sortant le chien !

EXTRAITS DESTINÉS AUX ADULTES

Mon enfant est « difficile »...

Surtout pas de menaces du style « Mange ta soupe sinon pas de dessert ! ». Elles sont inefficaces ! L'absence de certains aliments est rarement préjudiciable à la santé. Veillez simplement à trouver les équivalences dans la même famille alimentaire. Votre enfant n'aime pas certains légumes, il en aime sûrement d'autres. S'il ne mange pas de légumes, il peut manger des fruits. Il ne boit pas de lait, proposez lui du fromage ou des yaourts.

En surpoids, mon enfant va-t-il s'amincir avec l'âge ?

De 1 à 6 ans, l'enfant grandit plus vite qu'il ne grossit. A cet âge, si votre enfant est en surpoids, il a déjà pris de mauvaises habitudes alimentaires. Réintroduisez des légumes à chaque repas et surveillez les grignotages, sans priver ce jeune mangeur ! N'attendez pas qu'il grandisse pour agir : plus tôt il adoptera de bonnes habitudes, mieux, adulte, il se portera !

Tentations à limiter !

Evitez de trop acheter ! Comment ? Faites une liste de courses et faites-les si possible après avoir mangé. Les placards remplis de gâteaux, de sodas ou friandises sont autant de tentations. Rangez-les hors de portée pour les offrir aux bonnes occasions. Inutile de les éradiquer de vos étagères, ce serait trop frustrant pour vos enfants et vous obtiendriez l'effet inverse.

Les autres conseils et astuces de l'exposition destinés aux adultes :

Mon enfant mange-t-il trop ou trop peu ?

Les légumes, mon enfant ? Hélas !

Le sport, votre meilleur partenaire

Bien manger, même à l'extérieur ?

Portions : les vraies-fausses moins grosses !

Les bienfaits de la mastication

Dans la famille des macronutriments, les protides (ou protéines) représentent 10 à 15 % de nos besoins énergétiques

Dans la famille des micronutriments, non énergétiques mais capitaux : les vitamines

Dans la famille des micronutriments, non énergétiques mais capitaux : les minéraux

ENQUÊTE SUR LES ALIMENTS

EXTRAITS DÉSTINÉS AUX ENFANTS

Enquête sur les aliments

Dans ton assiette ou ton bol, ils sont nombreux et devenus très banals, ces produits issus de la transformation alimentaire. Et chaque jour, des nouveautés ! Mais comment sont-ils fabriqués, de quoi se composent-ils exactement, quel mariage de saveurs fait-il que tu les apprécies ou les boudes ? Il est grand temps d'aller voir un peu les dessous de ces aliments modernes et industrialisés, n'est-ce pas !?

Quelles parties manges-tu dans les légumes ?

- les fleurs : artichaut
- les fruits : potiron, melon, aubergine, concombre, courgette, tomate
- les bulbes : ail, oignon, échalote
- les graines : haricot, petit pois, fève
- les tiges : asperge
- les racines : radis, navet, carotte, céleri rave
- les tubercules : pomme de terre
- les feuilles : poireau, persil, épinard, salade, chou pommé

L'industrie dans ton assiette

Et bien non, tous les yaourts ne sont pas fabriqués par une jolie crémière ! Tous les poulets qui finissent dans nos assiettes ne sont pas élevés en plein air ! Encore des fables de publicitaires ! Pour nourrir des milliards d'hommes, de femmes et d'enfants, la majorité des aliments consommés sont fabriqués en usine. Les procédés industriels ont beaucoup amélioré l'hygiène et la diversité de notre alimentation mais aussi, diminué leur coût.

Le sucre, oui mais pas trop !

Connu depuis l'Antiquité, le sucre fut longtemps considéré comme un produit de luxe. Issu de la canne à sucre (climats chauds) et de la betterave à sucre (climats tempérés), il est désormais consommé dans le monde entier. Particulièrement calorique, en manger trop favorise l'obésité et les caries dentaires, deux affections très présentes dans les pays riches et émergents. Donc, pas d'excès !

Trop gras ? Facile !

Un plat cuisiné acheté dans le commerce est considéré comme trop gras quand il comporte plus de 10 % de lipides, soit 10 g pour 100 g de ce plat. La teneur en lipides est inscrite sur l'emballage. Prends l'habitude d'y jeter un coup d'œil.

EXTRAITS DÉSTINÉS AUX PARENTS

La santé au coin du potager !

Parole de scientifique, une santé de fer exige si possible 5 fruits et légumes par jour. Peu caloriques, riches en vitamines (B et C), leurs fibres facilitent le transit intestinal. La vitamine C qui aide à l'absorption du fer, décourage bien des bactéries et virus. Cuits ou crus et à toutes les recettes, à consommer sans modération ! Gare aux résidus de pesticides qu'ils peuvent contenir : lavage et épluchage sont obligatoires.

Mangez en couleur...

C'est une règle d'or ! Rouges, jaunes, orangés ou pourpres, fruits et légumes doivent leur couleur aux flavonoïdes : composés dotés de puissantes propriétés anti-oxydantes. Le curcumin - colorant du safran et du curry -, aurait un effet préventif contre la maladie d'Alzheimer en agissant sur un gène qui contrôle la production de la protéine à l'origine de cette maladie. En Inde où le curry est le plat national, le taux de malades d'Alzheimer est l'un des plus bas au monde !

Compléments alimentaires : il paraît que...

Trompeurs, ils ont l'air de médicaments, s'habillent de slogans alléchants et se trouvent couramment en pharmacie. « Testés cliniquement », « efficacité prouvée », « action ciblée ventre et fesse », etc., la plupart des compléments alimentaires n'ont pourtant jamais prouvé leur efficacité. Dans certains cas précis, quelques uns d'entre eux peuvent être nécessaires mais sur avis médical et après un bilan nutritionnel et ou biologique.

Les autres conseils et astuces de l'exposition destinés aux adultes :

Céréales et féculents, à chaque repas et selon son appétit !

Viande, œufs ou poisson ?

Produits sucrés ?! Juste pour le plaisir...

Se garantir une solide ossature !

De l'eau à volonté ?

Les mirages de l'automédication

Comment le nombre de calories d'un aliment est-il calculé ?

Les antioxydants, ralentisseurs du vieillissement

LE GOÛT DES AUTRES

EXTRAITS DESTINÉS AUX ENFANTS

Le goût des autres

Passe des vacances chez ton copain de classe français, chinois, togolais, allemand, chilien ou anglais... Tu verras combien son éducation, sa culture et parfois aussi sa religion, se retrouvent dans son assiette. Sans doute mangeras-tu également selon d'autres rythmes, d'autres habitudes... D'un mangeur à l'autre, à quelle nourriture les mots font-ils penser ? Amuse-toi, réfléchis et découvre le goût des autres et le tien.

La table à être et à penser

Quand tes parents reçoivent des amis ou de la famille pour un bon repas, l'ambiance à la maison est bien particulière, n'est-ce pas ? Toi aussi, peut-être, tu te réjouis ? C'est qu'autour de cette table, il est question de se régaler mais aussi de partager des émotions, des opinions et même des rites, des habitudes. Offrir et partager de la nourriture, c'est faire battre les cœurs. C'est être et penser.

La table, c'est sacré !

Se mettre à table reste un acte sacré, privilégié ! La preuve ? Depuis des milliers d'années, dans tous les pays et les cultures, l'on « met la table » et s'assoit autour ! En Occident, la table vient de l'autel utilisé lors des cérémonies religieuses. La nappe est héritée du tissu qui le recouvrait. Les tribus nomades qui mangent sous la tente possèdent elles aussi leurs tables transportables. Ainsi mise à l'honneur, la nourriture demeure un don à honorer, à partager !

Ma grand-mère des Amériques

Quoi que tu manges, même la bonne vieille recette de ta grand-mère, tu voyages un peu. En effet, il n'existe guère de plats dont au moins un ingrédient ne vient pas de loin. Même le fameux « Cassoulet », marmite star du Sud-ouest de la France, n'aurait jamais vu le jour sans ses haricots et tomates importés d'Amérique du sud au XVI^e siècle ! Aujourd'hui et de plus en plus, cuisiner c'est emprunter les ingrédients et saveurs au monde entier.

EXTRAITS DÉSTINÉS AUX ADULTES

L'alimentation, espace de symboles

La portée religieuse, symbolique et culturelle est indéniable dans nos représentations sur l'alimentation. La viande est *force*, les fruits et légumes sont *nature*. Le sucre est *récompense*, *générosité*. Le pain est symbole du *travail*, de *fertilité* et de *partage* (mon « co-pain »). L'alcool est *fête* ou *danger*. Enfin, beaucoup d'aliments sont sacrés, interdits, ou tabous.

Le lait qui lie mère et enfant...

Dès les premières minutes de sa vie, tétant le sein de sa mère, le nouveau-né reçoit nourriture, amour et sécurité. Quel lien plus fort qu'entre ce corps qui nourrit et celui qui grandit ?! Rarement décidé au même moment par la mère et l'enfant, le sevrage est une étape à gérer si possible, sans stress ni contrainte. Le sevrage maternel participe à l'une des angoisses existentielles de l'être humain, celle de la séparation.

Le même menu pour toute la famille !

Il est bien rare qu'un enfant apprécie tous les plats de la table familiale. Tant pis et tant mieux ! Apprendre à manger de tout et les mêmes plats que toute la famille fait partie du jeu de la découverte et de l'intégration. Ainsi, l'enfant s'approprie-t-il les goûts et les traditions de ses proches. Il se prépare également à apprécier ce que tout le monde mange. Et même un jour, loin de chez lui !

Les autres conseils et astuces de l'exposition destinés aux adultes :

- Préférer le lait maternel ?
- Le lait qui lie mère et enfant
- Végétarien et végétalien ?
- Il était une fois... Les baguettes chinoises
- L'Inde, terroir d'épices !
- Quelle alimentation en Afrique subsaharienne ?
- L'alimentation à travers les âges
- La nourriture dans l'art
- La combinaison entre aliments

UNE FAIM DE CITOYEN

EXTRAITS DÉSTINÉS AUX ENFANTS

Une faim de citoyen !

Peux-tu, rien qu'en mangeant, peser sur l'avenir de la planète ? Peux-tu manger selon ta faim, tes préférences et tes envies tout en respectant le genre humain et son environnement ? Consommer, acheter, bien sûr mais quoi ? Bio, commerce équitable, grande distribution, tu t'y perds ? Et les autres, ailleurs, loin, mangent-ils bien et à leur faim ? Et demain ? Ici, trouve les clés de ton appétit de citoyen.

Les pubs à faire manger !

Attention, la publicité ne sert qu'à te donner envie de consommer ! Et si possible des aliments dont tu n'as pas besoin tous les jours, comme des chips ou des barres chocolatées. Ils sont malins les publicitaires ! Ils s'adressent directement à toi et te vendent du super bonheur à boire et à engloutir. Apprends à ne pas tomber dans le piège de ces messages qui se moquent bien de ta santé.

De l'eau à boire à volonté !

Et glou et glou et glou... Absolument vitale, l'eau est la seule boisson que tu peux boire à volonté ! Elle hydrate et désaltère. Riche en minéraux essentiels comme le magnésium, elle permet aux muscles de se contracter. Tout au long de la journée, l'eau irrigue et nettoie le corps de toutes ses impuretés en les évacuant par l'urine, la respiration, et la transpiration.

Les trois grandes familles de l'eau

- « du robinet » : eau de surfaces (rivières, fleuves, lacs...) ou souterraines.
- « de source » : eau de source protégée de la pollution. Sa composition minérale peut varier dans le temps mais ne peut prétendre à des effets bénéfiques sur la santé.
- « minérale naturelle » : eau de source ou de nappes souterraines protégées des pollutions. Elle doit présenter une composition minérale constante et peut afficher, selon les cas, des vertus pour la santé.

EXTRAITS DÉSTINÉS AUX ADULTES

Manger « Bio » ?

Certes, l'agriculture et l'élevage intensifs permettent de très gros rendements mais utilisent beaucoup d'engrais et de traitements chimiques qui polluent durablement les sols et les cours d'eau. L'agriculture biologique exclut l'usage d'engrais, de pesticides chimiques et d'OGM (organismes génétiquement modifiés). Consommer de préférence des produits issus des filières biologiques est un acte citoyen réel. A court, moyen et long terme !

Des OGM dans notre assiette ?

Les organismes génétiquement modifiés (OGM) sont des organismes (animaux, végétaux) ou microorganismes dont le matériel génétique, l'ADN, a été transformé. Dans tout aliment, toute trace d'OGM supérieure à 0,9 % doit être signalé sur l'étiquette. En revanche, la viande ou le lait d'un animal nourri avec des aliments contenant des OGM ne sont pas soumis à cette règle.

Pratiquer une « alimentation durable » ?

Face aux problèmes environnementaux, nos modes de consommation alimentaire ont un rôle à jouer. Exemple : un aliment produit près de chez vous nécessite une plus faible dépense énergétique. L'alimentation durable, c'est privilégier les produits biologiques qui ne polluent pas, choisir des fruits et des légumes de saison locaux, consommer des poissons dont la survie de l'espèce n'est pas menacée ou encore faire la chasse au « suremballage » !

Demain, la nutrition à paramètres génétiques ?

Notre alimentation influence-t-elle le fonctionnement de nos gènes ? Des interactions entre gènes et nutriments jouent-elles un rôle dans l'obésité ou les allergies ? Un jour, existera-t-il un régime alimentaire préventif ou thérapeutique, adapté à l'ADN de chacun ? Ce futur scientifique dépend de la nutrignomique. Il semble promis à un bel avenir, notre santé aussi !

Les autres conseils et astuces de l'exposition destinés aux adultes :

Des aliments en quête d'identité
Une traçabilité renforcée
Le danger des acides gras trans ?
Pratiquer une « alimentation durable » ?
Vous avez dit AMAP ?
Ethnocentrisme alimentaire
Demain, la cuisine moléculaire ?
Nouveau : « l'indice carbone » !
Alimentation et cancer
Additifs et arômes

3. Le générique de **BON APPÉTIT**

Une exposition conçue et réalisée par à la Cité des sciences et de l'industrie, un lieu **universcience**, en coproduction avec **Heureka** (Finlande), **Museo nazionale della scienza e della tecnologia Leonardo da Vinci** (Italie) et **Technopolis** (Belgique) et en partenariat avec le **Ministère de l'alimentation, de l'agriculture et de la pêche** et la **Fondation d'entreprise ISICA**.

Commissariat de l'exposition

Dorothee Vatinel, commissaire de l'exposition

Maud Gouy, commissaire adjointe

Alisson Boiffard, muséographe

Design des éléments d'exposition

Agence Clémence Farrell : Clémence Farrell, Claude Lecante et Paul Viala

Graphisme et scénographie

Fabien Hahusseau, graphiste

Franck Houndégla, scénographe

4. Le comité scientifique

Patrick Alvin, pédiatre, chef du service de médecine pour adolescents au CHU du Kremlin Bicêtre

Olivier Andrault, chargé de mission Agriculture, Alimentation et Nutrition

Arnaud Basdevant, professeur de nutrition à l'université Pierre et Marie Curie, médecin des hôpitaux, Pitié-Salpêtrière

Michel Chauliac, médecin de santé publique, Programme National Nutrition Santé, Ministère de la santé et des sports

Marie Choquet, épidémiologiste, directeur de recherche à l'Institut national de la santé et de la recherche médicale

Maurice Corcos, psychiatre à l'Institut Mutualiste de Montsouris

Georges Courade, géographe de l'alimentation, directeur de recherches, Institut de recherche pour le développement

Corinne Delamaire, nutritionniste, chargée de recherche à la direction des affaires scientifiques, Institut national de prévention et santé

Patrick Etiévant, chef du département Alimentation humaine à l'Institut national de la recherche agronomique

Bruno Falissard, psychiatre, spécialiste des troubles du comportement alimentaire de l'adolescent directeur de l'Unité INSERM de la Maison de Solenn à Paris

Pascale Hébel, directrice du département Consommation, CREDOC

Jean-Pierre Poulain, sociologue, Centre d'études et de recherche travail organisation pouvoir, CNRS, à l'université Toulouse-Le Mirail : sociologie et anthropologie de l'alimentation

Cécile Rauzy, chef de projet qualité-nutrition, Association nationale des industries alimentaires

Hélène Thibault, pédiatre endocrinologue, Association pour la prise en charge et la prévention de l'obésité en pédiatrie

Dominique Turck, professeur de pédiatrie à la faculté de médecine de Lille, coordonnateur du Comité de nutrition de la Société française de pédiatrie.

Michel Vidailhet, professeur de pédiatrie à la faculté de médecine de Nancy et membre du Comité de nutrition de la Société française de pédiatrie

5. Autour de **BON APPÉTIT**, l'alimentation dans tous les sens

Edition

Le livre publié à l'occasion de l'exposition **Bon appétit - L'alimentation dans tous les sens** coédité par Bayard avec la Cité des sciences et de l'industrie

Voici un livre pour être bien dans son assiette ! La question très sensible de l'alimentation y est abordée sous toutes ses facettes avec une approche moderne, déculpabilisante et surtout ludique. L'objectif est le suivant : faire conjuguer l'alimentation avec plaisir, santé, convivialité et citoyenneté ! On y révèle d'abord les secrets de notre appétit et de notre assiette, et plus d'un conseil pour bien manger. On y aborde les différentes familles d'aliments et leurs bienfaits pour notre vitalité, l'importance de l'équilibre entre l'activité physique et les pratiques alimentaires... Enfin, l'alimentation est envisagée d'un point de vue culturel pour éveiller les jeunes mangeurs aux différentes saveurs et cultures qui les entourent ; et civique, pour les sensibiliser à la question de la consommation et de la faim dans le monde. Le graphisme du livre est directement conçu d'après le graphisme de l'exposition, dans un style résolument « pop », joyeux et festif.

Format : 190x200 mm, nombre de pages 128 pages, ISBN : 978-2-7470-3061-8

date de sortie : 21 janvier 2010, prix : 14,90 euros

Contact Presse Bayard : Anne Bonvoisin 01 74 31 61 97 anne.bonvoisin@bayard-presse.com

Le site internet dédié à **BON APPÉTIT** www.cite-sciences.fr/bon-appetit



Accompagnant et prolongeant les contenus de l'exposition, la Cité des sciences et de l'industrie consacre un site à l'exposition **BON APPÉTIT**, dédié aux 9-14 ans. En donnant un large aperçu des thématiques de l'exposition et de la programmation qui lui est associée, il permet au visiteur de préparer sa visite et fournit toutes les ressources nécessaires à l'approfondissement du sujet : photos, animations, vidéos, dossier documentaire réalisé par la Bibliothèque...



La rubrique « Découvre l'expo » décline les cinq parties de l'exposition et propose un quiz.

Les contenus, interactifs et ludiques, se déclinent à travers :

- Six jeux en flash :



. *Compose tes repas* : le joueur compose son repas de la journée en sélectionnant ses aliments. Il obtient un bilan nutritionnel qui lui permet de savoir si son alimentation est équilibrée ou pas.

. *Quelle recette es-tu ?* Une aventure interactive à la manière des livres dont vous êtes le héros, qui propose une recette personnalisée à imprimer en fonction des choix opérés par le joueur.



. *D'où ça vient ?* Un jeu d'association créant le lien entre produits bruts et produits transformés par l'industrie agro-alimentaire.

. *A table !* Un jeu pour découvrir des plats étranges en 3D, grâce à la réalité augmentée.

. *Les photos de Peter Menzel* : un jeu d'observation et d'investigation.

. Le quiz



- Deux animations flash présentent *le digestomatic* et *L'enquête sensorielle*, grâce à des images animées. Les films de l'exposition peuvent également être visionnés en ligne.

- Pour aller plus loin, le site propose les interviews des conceptrices de **BON APPÉTIT** et de deux membres du comité scientifique, Olivier Andrault et le Professeur Arnaud Basdevant.



- Les conseils pratiques des Focus de l'expo sont disponibles au téléchargement, en format PDF.

NE MANQUEZ PAS : Enfin, l'internaute peut créer son personnage à partir d'aliments (comme le personnage de l'affiche de l'exposition), le nommer et l'envoyer à ses amis ou l'imprimer. Un visage ananas, des yeux œufs au plat, un nez tomate, une bouche banane ? Et voilà !

Les animations **Des saveurs et des Hommes**

Accolée à **BON APPÉTIT**, l'animation élargit, complète et approfondit de manière ludique les contenus de développés dans l'exposition. Les ateliers s'attachent à montrer qu'il n'y a pas une seule façon de se nourrir, retracent l'histoire des aliments, insistent sur les diversités culturelles et régionales, amènent les visiteurs à la découverte des nouvelles saveurs, et insistent sur la diversité des aliments. Déroulement : les participants dégustent plusieurs aliments d'ici et d'ailleurs et s'interrogent sur leurs perceptions et leurs sens : goût, odeur, aspect, appétence (j'aime, je n'aime pas), poids des habitudes culturelles (je connais, je ne connais pas). L'animation est présentée quatre fois par jour.

Les conférences de la Cité des sciences et de l'industrie

De nouveaux alliés contre l'obésité ?

Possède-t-on des gènes qui augmentent le risque d'être obèse ? Quel est l'impact de notre flore intestinale dans le stockage des graisses ? Pouvons-nous utiliser à notre profit la « graisse brune », brûleuse d'énergie ? Est-il possible de prévenir l'obésité et le diabète dès la grossesse ? Ce cycle fait le point sur les nouvelles stratégies personnalisées que l'on pourrait proposer pour prévenir ou traiter l'obésité, grâce aux récentes découvertes issues des laboratoires et services hospitaliers.

Jeudi 11 mars à 18h30 : L'origine foetale des maladies métaboliques

Claire Lévy-Marchal, pédiatre à l'hôpital Robert-Debré, directrice de l'unité 690 de l'Inserm, coordinatrice du pôle Recherche clinique de l'institut thématique Santé publique de l'Inserm.

Jeudi 18 mars à 18h30 : L'obésité, une maladie en partie génétique

Karine Clément, professeur de médecine à l'hôpital de la Pitié-Salpêtrière, responsable de l'équipe nutriomique de l'unité 872 de l'Inserm, université Pierre-et-Marie-Curie.

Jeudi 25 mars à 18h30 : Les bactéries, nos alliées contre l'obésité ?

Joël Doré, directeur de recherche à l'Inra, directeur adjoint de l'unité Écologie et physiologie du système digestif.

Jeudi 1^{er} avril à 18h30 : Graisse brune contre graisse blanche

Dominique Langin, professeur de nutrition au CHU de Toulouse, directeur du laboratoire de recherches sur les obésités à l'Institut de médecine moléculaire de Rangueil, unité mixte Inserm, université Paul-Sabatier.

Le portail **www.universcience.fr**

Retrouvez, sur le portail de référence scientifique Universcience, les conférences en podcasts et en vidéos. Sélectionnez les domaines « Sciences de la vie / Biologie » ou « Médecine / Santé », ou recherchez par mots clés : « nutrition », « alimentation », « adolescents »...

La Bibliothèque pôle Jeunesse de la Cité des sciences et de l'industrie

Le pôle Jeunesse de la Bibliothèque des sciences et de l'industrie propose une sélection documentaire et un dossier junior intitulé « qu'est-ce qu'on mange ? » sur place et en ligne. Contrepoint bibliographique à l'exposition, cette sélection commentée de livres, revues, films et cédéroms issus des collections de la bibliothèque (à consulter et à emprunter) est enrichie d'un choix de sites internet qui déclinent les thèmes de l'exposition.

Par ailleurs, le pôle jeunesse organise, pendant toute la durée de **BON APPÉTIT**, des lectures de « contes gourmands », des projections de films et des animations pour les enfants dès 5 ans.

La Bibliothèque est en accès libre et gratuit au niveau 0 de la Cité et en ligne **www.cite-sciences.fr/bsi**

La Cité de la santé de la Cité des sciences et de l'industrie

La Cité de la santé est un espace d'information et de conseil sur la santé de la Bibliothèque des sciences et de l'industrie. Elle accueille les visiteurs désireux d'en savoir plus et propose un service de questions-réponses sur la santé, Questions-santé, accessible sur le site www.cite-sciences.fr/citedelasante

Accès libre et gratuit, ouverture du mardi au dimanche de 12h00 à 18h45.

A l'occasion de **BON APPÉTIT**, la Cité de la santé propose :

- **Mon corps et mon assiette** : un stand d'information animé par le Crips Ile-de-France, pour mieux comprendre ses comportements alimentaires, les différentes fonctions de l'alimentation, l'impact des régimes alimentaires sur la santé et le rôle de la société sur la représentation du corps.

Les samedis 23 janvier, 27 février, 6 mars, 24 avril, 22 mai et 19 juin 2010, de 14h à 18h.

- **Comportements alimentaires** : une animation-débat organisée avec le Crips Ile-de-France, sur le comportement alimentaire : la «mal bouffe», l'équilibre alimentaire, la notion de plaisir et de découverte des différents aliments, les «petits trucs» de la cuisine, l'activité physique...

Les mercredis et jeudis entre 10h et 12h. Accès gratuit sur réservation, groupes à partir de la 4^e. Réservation au 01 40 05 71 32 ou www.cite-sciences.fr/citedelasante

Au Palais de la découverte

Exposition **La faim des dinosaures**, présentée au Palais de la découverte, un lieu universcience, du 10 décembre 2009 au 2 mai 2010

Ils passionnent petits et grands, plus vrais que nature, rugissants, animés, les dinosaures font leur grand retour au Palais de la découverte avec tout un parcours dédié à l'alimentation de ces géants. Dans un décor et un labyrinthe reconstituant les différents environnements et paysages où évoluaient les dinosaures il y a 200 millions d'années, le visiteur endosse la panoplie du paléontologue, analyse, teste, fouille et manipule fossiles, mâchoires, dents mais aussi crottes et estomac de dinosaures reconstitués pour comprendre comment se nourrissaient ces carnivores et végétariens d'un autre âge. L'exposition est orchestrée autour de plusieurs paysages reconstitués d'une époque où l'herbe n'existait pas encore ainsi qu'autour de différents types de dinosaures dont les «gueules» et les corps, saisissants de réalisme, permettent aux visiteurs de participer à la problématique des paléontologues : que mangeaient ces gigantesques animaux et comment l'a-t-on découvert ? A dévorer en famille !

Contact presse : Christelle Linck christelle.linck@universcience.fr 01 40 74 81 04

Les grands rendez-vous incontournables

Ministère de l'alimentation, de l'agriculture et de la pêche

Parce que l'alimentation est placée au coeur de son action, le ministère de l'alimentation, de l'agriculture et de la pêche est partenaire de l'exposition **BON APPÉTIT** à la Cité des sciences et de l'industrie, à la Villette. Ce partenariat s'illustre notamment par l'organisation de 4 temps forts autour d'événements en lien avec l'alimentation, auxquels le ministère est habituellement associé :

- la mise à l'herbe des vaches, en partenariat avec le CNIEL (l'interprofession du lait), au printemps
- la semaine Fraich'attitude, en partenariat avec INTERFEL (l'interprofession des fruits et légumes frais), du 4 au 13 juin 2010

- la semaine du Goût, du 16 au 24 octobre 2010

- le marché de Noël avec les lycées agricoles, en décembre 2010.

Fondation d'entreprise ISICA

- Démonstrations et dégustations réalisées par des représentants boulangers, épiciers, fromagers, primeurs et charcutiers des branches alimentaires, lors de l'inauguration de l'exposition.
- Organisation de visites intergénérationnelles de l'exposition pour les retraités d'AG2R ISICA accompagnés de leurs petits-enfants.
- Entrées gratuites offertes à des classes d'écoles parisiennes.

Contact : josie.angeon@ag2rlamondiale.fr Tél. : 01 53 25 47 06 Fax : 01 53 25 25 70

Exposition Universelle à Milan en 2015

Nourrir la Planète, Energie pour la Vie est le thème de l'*Exposition Universelle* qui se déroulera à Milan du 1^{er} mai au 31 octobre 2015.

Le thème de l'Expo : l'*Expo 2015* est une manifestation universelle qui met en lumière la tradition, la créativité et l'innovation du secteur de l'alimentation. Les grands enjeux du développement durable sont considérés sous un aspect nouveau : le droit à une alimentation saine, sûre et suffisante pour tous les habitants de la planète.

Italie, Pays hôte : la qualité de l'alimentation italienne est connue et appréciée dans le monde entier. La culture italienne se retrouve dans ses produits sains et naturels, dans sa cuisine mêlant plaisir, qualité, goût et savoir-vivre.

Qu'est-ce l'Expo : le Bureau international des expositions (BIE) définit les expositions internationales comme des « lieux uniques de rencontre où l'éducation passe par l'expérimentation, la coopération par la participation et le développement par l'innovation. Elles sont l'expression d'un message d'intérêt universel ; une expérience éducative et récréative ; des laboratoires d'expérimentation montrant l'extraordinaire et le nouveau ». Le BIE a décidé d'attribuer l'exposition universelle 2015 à la ville de Milan, sur le thème « Nourrir la Planète, Energie pour la Vie »

Site officiel : www.milanoexpo-2015.com

LE MUSÉE NATIONAL DE LA SCIENCE ET DE LA TECHNOLOGIE POUR L'EXPOSITION UNIVERSELLE À MILAN EN 2015

Le **Musée National de la Science et de la Technologie « Léonard de Vinci »**, créé le 15 février 1953, est aujourd'hui une Fondation de droit privé, dont les partenaires institutionnels sont les ministères de la République italienne, et les Universités milanaïses.

Situé au cœur de Milan, dans un monastère Olivétain datant du début du XVI^e siècle, le « Léonard de Vinci », avec ses 40.000 m² dédiées aux sciences et aux techniques, est le plus grand musée des sciences et des techniques d'Italie.

Il abrite des collections thématiques (Matériaux, Transports, Énergie, Communication, Léonard Art & Science, Nouvelles Frontières, Sciences pour l'Enfance) **et des laboratoires interactifs** (i.lab) sur l'évolution de la société, de la science et de la technologie.

Aujourd'hui le Musée se présente comme un laboratoire d'expérimentation et d'innovation de projets culturels et comme un lieu de dialogue entre la communauté scientifique et les citoyens. Il propose des expériences dans ses espaces muséologiques où sont exposés les objets historiques, des activités dans les laboratoires interactifs, des événements scientifiques, des expositions temporaires, des cours de formation, des spectacles de théâtre, des conférences pour le grand public, les institutions et les entreprises.

Depuis 2003, le Musée fait partie du réseau des musées et centres de sciences européens, **ECSITE** (European Collaborative for Science Industry and Technology Exhibitions), dont il a accueilli la Conférence annuelle pour son 20^e anniversaire, en juin 2009.

Le Musée National de la Science et de la Technologie « Léonard de Vinci » en quelques chiffres :

40.000 m² d'expositions et de ressources soit le plus important musée technique et scientifique d'Italie

10.000 objets de collection

13 laboratoires interactifs

12.500 m² d'espaces historiques rénovés et réhabilités (depuis 2000)

330.000 visiteurs en 2008

2.806.196 contacts internet sur le site web www.museoscienza.org en 2008

2006, il devient le premier musée scientifique et technologique le plus visité d'Italie (source : classement du Touring Club Italien)

Le musée inaugurera le 9 février prochain un **nouveau laboratoire interactif** qui sera dédié à l'**alimentation**, premier projet réalisé **dans le cadre de l'Expo 2015, pour lequel le Musée a signé un accord comme partenaire de l'Expo 2015 pour le développement de projets éducatifs et culturels** sur le thème de l'Exposition de Milan « Nourrir la planète, Energie pour la vie ».

En outre, le Musée est coproducteur de l'exposition « Bon Appétit – l'alimentation dans tous les sens » qu'il accueillera de novembre 2011 à mai 2010, comme autre initiative liée à l'*Expo 2015*.

Nourrir la Planète, Energie pour la Vie est le thème de l'*Exposition Universelle* qui se déroulera à Milan du 1er mai au 31 octobre **2015**.

Le thème de l'Expo : l'*Expo 2015* est une manifestation universelle qui met en lumière la tradition, la créativité et l'innovation du secteur de l'alimentation. Les grands enjeux du développement durable sont considérés sous un aspect nouveau : le droit à une alimentation saine, sûre et suffisante pour tous les habitants de la planète.

Italie, Pays hôte : la qualité de l'alimentation italienne est connue et appréciée dans le monde entier. La culture italienne se retrouve dans ses produits sains et naturels, dans sa cuisine mêlant plaisir, qualité, goût et savoir-vivre.

Qu'est-ce l'Expo : le Bureau international des expositions (BIE) définit les expositions internationales comme des « lieux uniques de rencontre où l'éducation passe par l'expérimentation, la coopération par la participation et le développement par l'innovation. Elles sont l'expression d'un message d'intérêt universel ; une expérience éducative et récréative ; des laboratoires d'expérimentation montrant l'extraordinaire et le nouveau ». Le BIE a décidé d'attribuer l'exposition universelle 2015 à la ville de Milan, sur le thème « Nourrir la Planète, Energie pour la Vie ». Site officiel : www.milanoexpo-2015.com.

Musée National de la Science et de la Technologie « Léonard de Vinci »

via S. Vittore 21, 20123 Milan – Italie

www.museoscienza.org

Contact presse : stampa@museoscienza.it - T +39 02 48 555 343 / 372 /450



Heureka, le Centre de Science finlandais, a été créé en 1989. C'est une unique institution culturelle et éducative, de haut niveau qui compte parmi les destinations les plus populaires de la Finlande. Sa mission est double: d'une part, le centre des sciences remplit des fonctions importantes de service public et d'éducation, d'autre part il opère sur le champ des loisirs. C'est un lieu pour toute la famille. Des personnes de tous âges y trouvent des expositions interactives intéressantes et des films fascinants au planétarium.

Situé dans la zone métropolitaine d'Helsinki et près de l'aéroport de Helsinki-Vantaa, il est facile d'accès. Heureka utilise trois langues: l'anglais, le finnois et le suédois. Heureka est également un lieu populaire pour les conférences et réceptions. Heureka est ouvert toute l'année.

Les études de qualité montrent que Heureka est au premier rang des lieux finlandais pour le temps de loisir. Elles montrent également que Heureka contribue à élever le niveau de connaissances scientifiques en Finlande. L'influence du Centre de sciences porte sur la motivation des élèves, les attitudes de leurs parents et le choix de carrière des jeunes. Heureka produit du matériel utile pour les enseignants et les classes d'écoles.

Le Centre des sciences attire environ 300.000 visiteurs par an. En plus de l'exposition permanente, Heureka affiche toujours deux expositions temporaires dans les trois espaces de 2700 m². Pendant la saison estivale, un parc scientifique est aussi disponible. Le complexe comprend également un cinéma planétarium très apprécié.

Heureka est géré par un organisme sans but lucratif, la Fondation du Centre de Science finlandais. Les terrains sont la propriété de la ville de Vantaa.

Heureka agit en coopération avec d'autres centres scientifiques dans le monde. C'est un membre actif dans les principales organisations sur le terrain: l'ASTC (Association of Science-Technology Centers), ECSITE (The European Collaborative for Science, Industry and Technology) et NSCF (Nordisk Science Centerförbundet).

Heureka a plus de dix années d'expérience dans la conception des expositions qui sont conçues pour itinérer. Depuis 2003, Heureka Overseas Productions Ltd a été responsable de la location et la vente d'expositions itinérantes. Les expositions d'Heureka ont voyagé dans plus de vingt pays et ont touché plus de 10 millions de visiteurs.

Plus d'informations : http://www.heureka.fi/portal/englanti/en_fran_ais/

Technopolis[®], le centre des sciences

Technopolis[®], le centre flamand des sciences à Malines en Belgique, est une initiative du gouvernement flamand. Avec le Centre flamand des sciences et de nombreux autres projets, tels que la Semaine flamande de Science [Vlaamse Wetenschapsweek], Technopolis met en contact le public avec la technologie et la science. sa mission consiste à '*Rapprocher la technologie et la science de l'homme*'.

Pour Technopolis[®], chaque outil de communication peut être utilisé pour communiquer sur des sujets scientifiques : du théâtre scientifique à un calendrier interactif, d'un camion de la science itinérant à un article de journal, d'un festival de la science à un livre d'histoires pour enfants, d'un Club Technique réservé aux filles à un spectacle organisé dans un centre commercial ou dans une foire du livre, d'un théâtre de marionnettes scientifique à des activités interactives organisées dans des lieux touristiques, d'un site Web avec des expériences en ligne à des bandes dessinées, d'un « sleep in » à des démonstrations scientifiques sur un train navette, d'un concours des inventeurs à un jeu-concours scientifique, sans oublier bien entendu : un centre de sciences.

Technopolis présente plus de 280 manipulations interactives permanentes pour découvrir les phénomènes scientifiques et techniques qui se cachent derrière les éléments du quotidien qui nous entoure. Une exposition thématique est également présentée annuellement.

Pour les plus jeunes de 4 à 8 ans, il y a le centre interactif pour enfants présentant des manipulations interactives conçues spécialement pour les enfants et adaptés à leur univers. Technopolis reçoit annuellement plus de 300 000 visiteurs et 150 000 personnes participent aux autres activités. Technopolis[®] communique donc chaque année des informations scientifiques à plus de 450 000 personnes.

En 2010 Technopolis[®] fête son dixième anniversaire

Technopolis[®], Technologielaan, 2800 Malines - info@technopolis.be - Tél : 015 34 20 00-
www.technopolis.be/fr

Technopolis[®] est ouvert toute l'année, de 9h30 à 17h, sauf le 1^{er} janvier, le 25 décembre et pendant la première semaine ouvrable de septembre.



LE MINISTÈRE DE VOTRE ALIMENTATION

Le ministère de l'alimentation, de l'agriculture et de la pêche partenaire de l'exposition BON APPETIT à la Cité des sciences et de l'industrie

Parce que l'alimentation est placée au cœur de son action, le ministère de l'alimentation, de l'agriculture et de la pêche est partenaire de l'exposition "*BON APPETIT, l'alimentation dans tous les sens*", qui se déroulera de **février à décembre 2010** à la Cité des sciences et de l'industrie, à la Villette.

Bruno Le Maire, ministre de l'alimentation, de l'agriculture et de la pêche inaugurera l'exposition le 3 février 2010.

Ce partenariat s'illustrera notamment par l'organisation de 4 temps forts autour d'événements en lien avec l'alimentation, auxquels le ministère est habituellement associé :

- la mise à l'herbe des vaches, en partenariat avec le CNIEL (l'interprofession du lait), au printemps
- la semaine Fraich'attitude, en partenariat avec INTERFEL (l'interprofession des fruits et légumes frais), du 4 au 13 juin
- la semaine du Goût, du 16 au 24 octobre
- le marché de Noël avec les lycées agricoles, en décembre.

Le consommateur est désormais au centre des politiques publiques portées par le ministère au travers du plan national pour l'alimentation, reflétant ainsi l'importance de l'agriculture et de la pêche françaises dans l'alimentation de nos concitoyens. L'objectif du ministère est de mettre en place une véritable politique publique de l'alimentation, pour assurer la sécurité alimentaire en France et en Europe, la sécurité sanitaire et l'accès des plus fragiles à une alimentation de qualité.

Symbole de plaisir et de convivialité, source de bien-être, l'alimentation appartient à notre identité et à notre patrimoine culturel tant dans sa dimension gastronomique que par le lien qu'elle entretient avec les produits du terroir et le monde agricole.

La participation du ministère auprès de la Cité des sciences et de l'industrie à l'exposition "*BON APPETIT, l'alimentation dans tous les sens*" s'inscrit parfaitement dans la volonté du ministère de développer l'éducation du goût et l'information du jeune public tout en valorisant l'origine agricole des produits car bien manger s'apprend dès le plus jeune âge !

CONTACT PRESSE

Service de presse du ministère - Tel: 01 49 55 60 11



AG2R LA MONDIALE

LA FONDATION D'ENTREPRISE ISICA, PARTENAIRE DE L'EXPOSITION BON APPETIT

UN NOUVEL ENGAGEMENT DE LA FONDATION D'ENTREPRISE ISICA EN FAVEUR DE LA PREVENTION DES RISQUES SANTE ET DE LA PROMOTION DE COMPORTEMENTS ALIMENTAIRES ADAPTES TOUT AU LONG DE LA VIE.

**Contact Presse
AG2R LA MONDIALE**

Rym Saker
Tél. : 01 76 60 90 44
rym.saker@
ag2rlamondiale.fr

Créée en 2006, la Fondation d'entreprise ISICA, fondation du groupe AG2R LA MONDIALE, mène des actions de prévention de l'obésité et de sensibilisation aux bonnes pratiques alimentaires, au bien-vieillir et aux maladies professionnelles. A ce titre, la Fondation d'entreprise ISICA :

- décerne chaque année **des prix dotés d'une enveloppe de 45 000 €** pour récompenser des entreprises et des branches du secteur alimentaire œuvrant à l'amélioration des pratiques et de l'équilibre alimentaire de leurs salariés et des consommateurs ;
- organise des **séminaires sur la nutrition** pour les retraités du pôle alimentaire d'AG2R LA MONDIALE. Ces séminaires ont pour objectif d'expliquer les bases d'une alimentation conciliant plaisir et équilibre permettant de maintenir le capital santé ;
- soutient **Ensemble Prévenons l'Obésité Des Enfants (EPODE)**. Ce programme d'éducation à la bonne santé, dès l'enfance, repose sur la promotion d'un comportement alimentaire sain et la pratique d'une activité physique ;
- participe au **programme de prévention santé des seniors actifs (PENSA)** qui propose des activités liées à l'alimentation et à l'activité physique, spécialement conçues pour les seniors.

La participation de la Fondation d'entreprise ISICA à l'exposition **« BON APPETIT, l'alimentation dans tous les sens »**, organisée par la Cité des sciences et de l'industrie, s'inscrit pleinement dans son ambition de promouvoir de façon ludique une alimentation équilibrée auprès des plus jeunes.

[A propos du Groupe AG2R LA MONDIALE :](#)

AG2R LA MONDIALE est un groupe d'assurance de protection sociale et patrimoniale qui allie performance économique et engagement social. Avec un total de 13,3 Md€ de cotisations pour 8 millions d'assurés, AG2R LA MONDIALE est le 8^e assureur de personnes en France.

Découverte - Documentaires



BON APPÉTIT **L'ALIMENTATION DANS TOUS LES SENS**

Un livre coédité avec la Cité des Sciences et de l'industrie à l'occasion de l'exposition « Bon appétit - L'alimentation dans tous les sens », pour les 9-14 ans, du 2 février 2010 au 3 janvier 2011

Voici un livre pour être bien dans son assiette ! La question très sensible de l'alimentation y est abordée sous toutes ses facettes avec une approche moderne, déculpabilisante et surtout ludique. L'objectif est le suivant : faire conjuguer l'alimentation avec plaisir, santé, convivialité et citoyenneté !

On y révèle d'abord les secrets de notre appétit et de notre assiette, et plus d'un conseil pour bien manger. On y aborde les différentes familles d'aliments et leurs bienfaits pour notre vitalité, l'importance de l'équilibre entre l'activité physique et les pratiques alimentaires... Enfin, l'alimentation est envisagée d'un point de vue culturel pour éveiller les jeunes mangeurs aux différentes saveurs et cultures qui les entourent ; et civique, pour les sensibiliser à la question de la consommation et de la faim dans le monde.

Le graphisme du livre est directement conçu d'après le graphisme de l'exposition, dans un style résolument "pop", joyeux et festif.

Dorothee Vatinel et Maud Gouy, commissaires de l'exposition, ont réuni pour l'occasion un comité de scientifiques. Pédiatres, psychiatres, sociologues et nutritionnistes. Tous sont des spécialistes de l'enfance, de l'adolescence et de la nutrition.

Muriel Bastien, journaliste, a rédigé les textes des panneaux de l'exposition et du livre.

Le dessinateur **Rocco** apporte beaucoup d'humour et de modernité au livre grâce à ses illustrations. Dessinateur, graphiste et professeur d'illustration à LISAA (Institut supérieur des arts appliqués), il travaille régulièrement pour la presse quotidienne (*Libération*, *Le Monde*...).

Plus d'informations sur l'exposition : www.cite-sciences.fr/bon-appetit/

À partir de 9 ans.

Date de parution : 21 janvier 2010

Contact Presse Bayard :
Anne Bonvoisin
Mail : anne.bonvoisin@bayard-presse.com
Tél. : 01 74 31 61 97

Contact Cité des sciences et de l'industrie :
Catherine Meyer
Mail : c.meyer@cite-sciences.fr
Tél. : 01 40 05 82 33