

[Lyon 03 - Villeurbanne] - Le Miam Festival : pour une alimentation locale, durable, accessible à tous



ALIMENTATION

10/11/2025

[Lyon 03 - Villeurbanne] - L'alimentation durable a son festival, le Miam Festival organisé par la Métropole de Lyon. L'édition 2025 a eu lieu du 18 au 26 octobre 2025. Le Collectif Jeux Demain et le Secours catholique du Rhône ont proposé ensemble deux ateliers autour du jeu « Magic Légumes » conçu par Jeux Demain.

Durant le Festival, ouvert à tous, les habitants de la Métropole ont été invités par de nombreuses structures à vivre des animations conviviales et variées telles que des ateliers, des dégustations ou des visites.

Le **Collectif Jeux Demain** et le Secours catholique du Rhône, qui agit depuis de plusieurs années en faveur d'une alimentation accessible et de qualité pour tous, ont proposé ensemble deux ateliers autour du jeu « Magic Légumes » conçu par Jeux Demain. En tout, plus d'une vingtaine de personnes se sont rendues à l'Escale solidaire Grange Blanche le 20 octobre et à la Maison Sésame le 23 octobre.

Accueillis par le Secours Catholique, guidés par les animatrices de Jeux Demain, les participants de 7 à 77 ans, ont d'abord brassé, sur papier, un chaudron de légumes, dont certains tout à fait oubliés ! Les commentaires nombreux ont permis de refaire le plein d'idées et d'envies :

- « A la maison, on mangeait les fèves à la croque-au-sel. C'était bon. »
- « Le panais est un légume d'hiver ? Je croyais qu'on le mangeait tout l'année ... »
- « Tiens, ça fait longtemps que je n'ai pas cuisiné un artichaut, pourtant j'aime bien ! »

De quoi diversifier les assiettes à l'approche de l'hiver.

Après avoir customisé joliment et dans la bonne humeur leurs cartes-légumes, les personnes les ont utilisées au cours du jeu « Magic Légumes » permettant de découvrir la valeur nutritive des aliments et de s'interroger quant aux possibles carences ou trop-pleins d'apports (en vitamines, en protéines ou en fer).

Et pour ne pas oublier d'équilibrer son alimentation, chacun(e) est reparti(e) avec son propre kit de jeu.

photo © Secours Catholique du Rhône

<https://rhone.secours-catholique.org/notre-actualite/participation-au-miam-festival-pour-une-alimentation-locale-durable-accessible-tous>