

En 2012 et 2013, deux voyages d'études ont été effectués par des groupes français auprès de structures de restauration collective « biodynamiques » dans des établissements de santé en Suisse. Ces groupes étaient constitués de formateurs en cuisine et de cuisinier/ères de collectivités. Ils ont rencontré **une approche très approfondie de la qualité alimentaire quotidienne**, mais aussi **des cuisiniers/ères experts** ayant **des savoir-faire exceptionnels**.

Aujourd'hui les questions de « Transition Alimentaire » s'intensifient en France. Dans le contexte des nouvelles orientations législatives (ex : 20% de bio et repas végétariens hebdomadaires en restauration collective), des projets alimentaires territoriaux ou des multiples initiatives locales (permaculture, éducation sensorielle ou culinaire), un besoin s'affirme. Celui de fédérer les réflexions des acteurs de terrain pour aborder de manière transversale la qualité des aliments, de la cuisine, des repas, ainsi que les modalités concrètes d'une alimentation qu'on puisse qualifier de « durable ».

C'est pour stimuler cette réflexion, et les échanges entre acteurs engagés, qu'un nouveau voyage d'étude autour de la Biodynamie et de la cuisine dynamique est proposé en Suisse en février 2019 avec des accompagnants français.

## De l'agriculture biodynamique à la cuisine dynamique\*

*Approche théorique, pratique, sensorielle, critique*

**Voyage d'études des 22 au 25 février 2019 – Dornach (Suisse)**

### Le public visé

Ce stage est destiné à des professionnels selon 3 profils :

- des **cuisiniers** ou **responsables de collectivités** engagés dans des évolutions de leurs pratiques pour une alimentation durable
- des **éducateurs** ou **formateurs** en matière d'alimentation, de nutrition, de cuisine
- des **acteurs promoteurs des transitions alimentaires**: chargés de missions, coordinateurs de programmes alimentaires territoriaux ou des filières bio, responsables de structures ou réseaux engagés pour l'information, l'éducation, la sensibilisation « tous publics ».

### Les objectifs

- **Connaître, comprendre et démystifier** les principes spécifiques de l'agriculture biodynamique et leur mise en pratique, par une approche théorique, explicative et sensible.
- Connaître et comprendre le rôle attribué à **la transformation des produits bruts dans l'alimentation et la cuisine « dynamiques »**, et notamment le principe de tripartition appliqué à la conception des menus et la préparation des aliments.
- **Rencontrer des cuisiniers experts** ayant mis en pratique ces approches biodynamiques (approvisionnement, cuisine) dans leur métier, notamment dans des contextes d'établissements de santé et d'éducation.
- **Produire un travail collectif de synthèse** sur l'expérience vécue, les points forts et les limites perçues, l'intérêt et les éventuels prolongements à envisager en France dans les activités des participants.

\* *Au-delà de l'agriculture bio-dynamique, pourquoi parler de « cuisine dynamique » ? Il s'agit d'intégrer concrètement, dans la conception et la préparation des repas, les indications données par Rudolf Steiner et ses continuateurs pour une alimentation saine. Une base indispensable est l'emploi de produits issus de l'agriculture biodynamique (ou biologique). Au-delà, une compréhension de la nature humaine élargie par l'approche de Rudolf Steiner donne des bases pour aller vers une alimentation qui nourrisse la totalité de l'être. Il s'agit de faire une cuisine qui, d'une part, respecte la vitalité des aliments. D'autre part, elle doit permettre à l'enfant de bien grandir et de progressivement découvrir le monde des aliments pour trouver l'alimentation individuelle qui lui conviendra en tant qu'adulte. Elle doit aussi laisser « libre » le mangeur adulte. Et aider les personnes malades à retrouver la santé tout en trouvant du plaisir à s'alimenter.*

## Programme

	Vendredi, 22 février 2019	Samedi, 23 février 2019	Dimanche, 24 février 2019	Lundi, 25 février 2019
<b>08:30</b>		<b>Pratique artistique pour ouvrir la journée</b> Barbara Bäumlér		
<b>09:15</b>		<b>Observation Goethéenne * I</b> <b>Introduction</b> Jean-Michel Florin Pour Tous (1 groupe)	<b>3 Groupes en cuisine</b> <b>Préparation du déjeuner</b> (Entree, plat, dessert)  Sabine Hagg, Heinz Fendrich, Andreas Kaiser, Hermann Spindler	<b>3 Groupes en cuisine</b> <b>Préparation du déjeuner</b> (Entree, plat, dessert)  Sabine Hagg, Heinz Fendrich, Andreas Kaiser, Hermann Spindler
<b>11:00</b>		<b>Dégustation sensorielle</b>  Dr. Jasmin Peschke Pour Tous (1 groupe)		<b>1 Groupe à la Boulangerie du Sonnenhof</b> (moulin <i>Eudoxos</i> , cuisson au feu de bois) Uli Baumgartner
<b>12:30</b>		Dejeuner: Clinique Arlesheim	Dejeuner: Atelier Anfora	Dejeuner: Sonnenhof
<b>14:00</b>		<b>14:30 Observation Goethéenne*II</b> <b>Exercice</b> Jean-Michel Florin Pour Tous (1 groupe)	<b>13h30 Visite du Goetheanum</b>  Dr. Jasmin Peschke Pour Tous (1 groupe)	<b>Echange / Bilan</b> 14:00 – 15:30
		15' Pause	15' Pause	
<b>16:30</b>	<b>A partir de 17:00</b> <b>Accueil au Glashaus*/</b> <b>Goetheanum</b> (* F /plan)	<b>3 Groupes en cuisine</b> <b>Préparation du dîner</b> (Entrée, plat, dessert)  Sabine Hagg, Heinz Fendrich, Andreas Kaiser, Hermann Spindler	<b>Cuisiner au Sonnenhof</b> <b>Préparation du dîner, selon</b> <b>« la tripartition de la plante »</b> Pour Tous (1 groupe)  Les formateurs suisses et français	<b>Cercle d'Initiatives des participants</b> <b>Et après?</b> <b>Perspectives en France</b> <b>Un regard vers le futur</b> <b>15:30 – 16:30</b> <b>Fin</b>
<b>19:00</b>	<b>18:30</b> Buffet: Wandelhalle* (* G/plan)	Dîner: Atelier Anfora	Dîner: Sonnenhof	
<b>20:00</b>	<b>Introduction au thème:</b> <b>« De l'agriculture biodynamique</b> <b>à la cuisine dynamique »</b>  Jean-Michel Florin Dr. Jasmin Peschke	<b>Le concept d'alimentation</b> <b>dynamique et sa réalisation en</b> <b>pratique</b> Témoignages des chefs et des experts en alimentation Débat	<b>Approfondissement du</b> <b>concept alimentaire</b>  Echange d'expériences « terrain » entre Participants et Référents	

**Goetheanum** : bâtiment d'une architecture organique, érigé sur la colline de Dornach, à 10 km au sud de Bâle. Son nom lui a été donné en référence aux travaux de Johann Wolfgang von Goethe.

**Glashaus** : ancienne architecture en bois, autrefois une verrerie, attachée au Goetheanum, aujourd'hui siège de la Section d'Agriculture du Goetheanum

**Clinique Arlesheim** : établissement de soins, fondée en 1921 spécialisée en médecine intégrative, anthroposophique (environ 100 lits)

**Atelier Anfora** : Atelier restaurant intégratif, Assoc. Anfora, aide à la vie autonome (habitat et travail), en lien avec des maisons de retraite ou des initiatives d'insertion au travail pour des personnes en besoin

**Institut Sonnenhof** : fondé en 1924, centre d'accueil éducatif et d'accompagnement thérapeutique pour environ 200 personnes avec un handicap (enfants, adolescents et adultes)

*\* **Observation Goethéenne** : observation fine des phénomènes utilisant tous les sens. La « phénoménologie goethéenne » cherche à développer une connaissance ouverte, reliant l'homme à la nature et à l'univers. Goethe a passé une grande partie de sa vie à étudier les phénomènes de la nature (couleurs, météorologie, roches, plantes et animaux). Il a donné naissance à un courant scientifique Goethéen que Rudolf Steiner a repris pour l'élargir et en préciser les aspects méthodiques.*

## Les intervenants suisses

**Jean-Michel Florin:** Coordinateur du Mouvement de l'Agriculture Bio-Dynamique (MABD). Formateur, conférencier et écrivain et également co-rédacteur de la revue Biodynamis. Codirecteur de la Section d'Agriculture du Goetheanum (Dornach- Suisse).

**Dr Jasmin Peschke:** Diplôme et doctorat en écotoxicologie, activité professionnelle au sein de l'association Demeter, Allemagne dans le domaine de l'assistance aux transformateurs et du développement de la qualité chez Demeter Allemagne. Plus de 15 ans d'expérience chez Weleda AG, entre autres responsable de la qualité des huiles essentielles. Depuis juin 2016, coordination internationale pour l'alimentation, attachée à la section d'Agriculture du Goetheanum (Dornach-Suisse)

**Sabine Hagg:** dirige depuis 2017 la cuisine à la clinique Arlesheim, longue expérience en tant que cuisinière, auditrice en qualité alimentaire et cosmétique, formatrice et coach pour adultes. Depuis 2008 petite exploitation, labellisée Demeter : culture de plantes médicinales et aromatiques à 1400m au Canton du Valais, Suisse, création de sa propre ligne de produits.

**Heinz Fendrich:** Chef de cuisine à l'Institut Sonnenhof, Arlesheim, depuis 22 ans (300 repas jour, 7/7 jours). Formation selon les principes de l'alimentation anthroposophique chez Dr. Renzenbrink et Michael Kassner, Co-président du cercle « FORUM für zeitgemässe Ernährung », membre de la section pour l'alimentation au Goetheanum

**Hermann Spindler:** Chef de cuisine à la clinique Lukas, Arlesheim, pendant 25 ans, formation des apprentis, cours de cuisine et des démonstrations culinaires en Italie, Espagne et en Suisse. Préparation de la cuisine pour la certification « Knospe » et « Demeter », mise en place des soirées de conversation avec les patients.

**Andreas Kaiser:** 1<sup>ère</sup> inspiration pour une alimentation saine lors d'un stage dans une communauté thérapeutique sociale pour enfants avec leur propre agriculture bio-dynamique. Formation et travail dans le domaine de la gastronomie. Depuis août 2017, responsable de l'Atelier « Table Anfora », en coopération avec l'association Anfora.

**Christof Eckl:** Sous-chef de cuisine à l'Institut Sonnenhof, Arlesheim depuis 2001, **Barbara Bäumler:** artiste et formatrice en Eurythmie (art du mouvement)

## Les accompagnants français

Le groupe stagiaire sera accompagné par des formateurs ou experts référents en cuisine, ou éducation alimentaire: **Thierry Marion, Bruno Couderc, Gilles Daveau** (formateurs en cuisine), **Marco Felez** (maraîcher pédagogue et cuisinier en biodynamie), **Ina Chesnier** (directrice d'une cantine bio à Sorgues, 84').

La traduction allemand/français sera assurée en continu.

## Modalités pratiques

Ce Voyage d'études a lieu **du 22 février à 17h jusqu'au 25 février 2019 à 16h30**. Il est limité à 15 participants pour un échange intense et interactif

La date limite d'inscription est le 15 janvier 2019, des arrhes de 250€ sont demandées pour garantir l'inscription.

Le prix de 480€ par personne comprend l'ensemble des cours, tous les repas et l'hébergement pour 3 nuits avec petit déjeuner

Le transport est à organiser individuellement, la gare la plus proche est la gare de Bâle, à 30 mn du Goetheanum / Dornach en tram

Des covoiturages sont possibles.

## Lieux d'accueil

L'accueil se fait à 17H à Dornach au « Glashaus »\* , à la section alimentation et agriculture au Goetheanum, Hügelweg, Dornach

Les cours pratiques se déroulent en 3 groupes dans 3 structures professionnelles de la restauration collective, en présence de chefs et d'experts en alimentation.

Les repas seront pris sur ces sites.

Les cours théoriques, les visites et exercices sont animés par des professionnels de la biologie, botanique, de l'alimentation et de l'agriculture biodynamique.

## Lieu d'hébergement

3 ou 4\* nuits au « Begegnungszentrum » à Dornach, à 10mn à pied du Goetheanum (chambres de 2, 4 ou 6 lits)

(\*pour ceux qui souhaitent réserver une 4<sup>ème</sup> nuit, du lundi 25/2 au mardi 26/2, il faut compter un supplément de 55€, (pet dej inclus)

## Information et inscriptions

Ce voyage d'études est coordonné par l'association LabelBio, 300 chemin de la Traille, 84700 Sorgues, en partenariat avec la Coordination alimentation de la Section d'agriculture du Goetheanum, Dornach (CH)

Contact : Ina Chesnier Tél: +33 (0)689539400 mail: [ina.chesnier@hotmail.fr](mailto:ina.chesnier@hotmail.fr)

**Places limitées - Date limite d'inscription : 15 janvier 2019**

# Bulletin d'Inscription

## **Voyage d'études « De l'agriculture biodynamique à la cuisine dynamique » du 22/02 – 25/02/2019 à Dornach (CH)**

**Nom, Prénom :**

**Structure:**

**Adresse :**

**Mail :**

**N° de téléphone :**

**S'inscrit au Voyages d'études « De l'agriculture biodynamique à la cuisine dynamique »** dont l'organisation est coordonnée par l'association Labelbio, 300 chemin de la Traille, 84700 Sorgues

**Les frais de participation sont de 480 € par personne. Ce tarif comprend :**

- l'accueil sur les structures suisses et la prestation des cours, ateliers, visites par les intervenants indiqués dans le programme.
- les repas pris du vendredi 22 février 18h30 au lundi midi 25 février inclus. (*Produits majoritairement issus d'agriculture et élevage biodynamiques*)
- l'hébergement au « Begegnungszentrum » à Dornach, à 10mn à pied du Goetheanum (*chambres de 2, 4 ou 6 lits - possibilité d'une 4<sup>ème</sup> nuit du 25 au 26 février pour un supplément de 55€, pt dej. inclus*)

Le transport est à organiser individuellement, la gare la plus proche est la gare de Bâle, à 30 mn du Goetheanum / Dornach en tram

Je viens en voiture : OUI / NON - Je souhaite covoiturer : OUI / NON - J'ai ... places disponibles dans ma voiture, en partant de (Ville) :

**Le règlement est à verser en 2 fois :**

- à l'inscription **avant le 15 janvier 2019**, versement de 250 euros d'arrhes
- solde **au 1<sup>er</sup> février 2019** versement des 230 euros restant

**Modalités d'annulation :**

- avant le 15 janvier 2019 : remboursement intégral
- à partir du 15 janvier 2019 les arrhes (250€) restent dues et facturées (sauf remplacement par nouvelle inscription en liste d'attente)
- à partir du 1<sup>er</sup> février 2019 l'intégralité (480€) reste due et facturée (sauf remplacement par nouvelle inscription en liste d'attente)

**Nom du signataire :**

**Fonction :**

**Lieu et Date :**

**Signature précédée de la mention manuscrite « Lu et approuvé »**

**Inscription à retourner avec règlement des arrhes jusqu'au 15 janvier 2019 à l'association « LABELBIO », 300 chemin de la Traille, 84700 SORGUES,**

Règlements par chèque à l'ordre de LabelBio ou virement bancaire en indiquant « Voyage d'études Dornach fev 2019 »  
Crédit Coopératif, 84918 Avignon, 1 place Carnot IBAN : FR 76 4255 9100 0008 0033 6976 469 BIC : CCOPFRPPXXX  
Préciser les adresses et libellés pour la facturation s'ils sont différents des coordonnées de la personne inscrite

**Contact Ina Chesnier** (+33 (0)689539400

**Mail :** [ina.chesnier@hotmail.fr](mailto:ina.chesnier@hotmail.fr)

**A prévoir impérativement pour tous les participants :**

Carte d'identité ou passeport pour rentrer en Suisse

Chaque participant reconnaît être couvert personnellement par une assurance responsabilité civile en cours de validité en février 2019

Veste et chaussures de cuisine (ou chaussures neuves, dédiées, de type basket)