

VERS UN TERRITOIRE NOURRICIER DURABLE AU BÉNÉFICE DE TOUS !

Ville pilote zéro déchet, zéro gaspillage dès 2015, signataire du Pacte pour la transition, forte d'associations et de citoyens engagés pour leur qualité de vie et leur santé, Miramas a depuis longtemps placé la question de l'alimentation au cœur de sa transition écologique et citoyenne. Engagée pour la qualité des repas qu'elle distribue dans ses cantines (scolaires et foyers seniors), pour la remise en culture des terres agricoles, pour le tri et réemploi de ses biodéchets, la Ville a progressivement posé les bases d'un cercle vertueux de l'alimentation durable sur son territoire, vectrice de bonne santé et respectueuse de l'environnement.

Miramas souhaite franchir une étape importante de sa transition écologique avec un projet d'unité de préparation culinaire, basée sur les ressources d'un véritable territoire nourricier où le bien-manger est au cœur de toutes les ambitions.

GRAND ANGLE

UNE CUISINE CENTRALE BIO ET LOCALE POUR LA RESTAURATION COLLECTIVE MUNICIPALE

Projet phare du développement d'une alimentation durable à Miramas et son territoire nourricier, l'unité de préparation culinaire (UPC) cuisinera les repas des écoles, crèches, centres aérés, foyers de personnes âgées et le portage à domicile. ~~Trois~~ communes du nord de l'étang de Berre travaillent actuellement ce projet mutualisé : Miramas, Saint-Chamas ~~et Berre-l'Étang~~. Un terrain acquis par la Ville de Miramas, au sein de la nouvelle zone d'activités Molières Nord, accueillera l'UPC, dont le début des travaux est estimé pour 2025.



« La construction de territoire nourricier durable est un choix de société. Il s'agit d'appréhender l'alimentation durable sous le prisme des enjeux d'aujourd'hui et de demain, notamment la santé et les défis sociaux et climatiques. S'adapter pour bien-vivre à Miramas à l'horizon 2050, cela se prépare progressivement dès aujourd'hui. C'est d'ailleurs l'objet du Pacte de Transition dont la Ville a signé 23 mesures ambitieuses. »

Frédéric Vigouroux, maire de Miramas.



BIEN PRODUIRE

Avec l'objectif d'assurer une production agricole locale, saine et respectueuse de l'environnement, les communes du territoire nourricier s'engageraient à faciliter l'installation et la transmission des exploitations agricoles, à encourager les circuits alimentaires de proximité et la transition vers le bio. L'unité de préparation culinaire (UPC) encouragera aussi la création d'activités économiques locales agroalimentaires aux pratiques vertueuses (énergie, lutte contre le gaspillage, etc.).

→ À Miramas, le projet de remise en culture des terres agricoles de la ferme Saint-Désiré suit son cours. La Chambre d'agriculture des Bouches-du-Rhône a rendu, il y a quelques mois, son diagnostic d'utilisation des terres communales : légumes, arbres fruitiers, herbes aromatiques, mais aussi volailles produiront des denrées utilisées dans l'UPC. La municipalité accompagne également la réhabilitation du mas attenant à la ferme afin d'accueillir un projet agricole responsable et durable.



BIEN MANGER

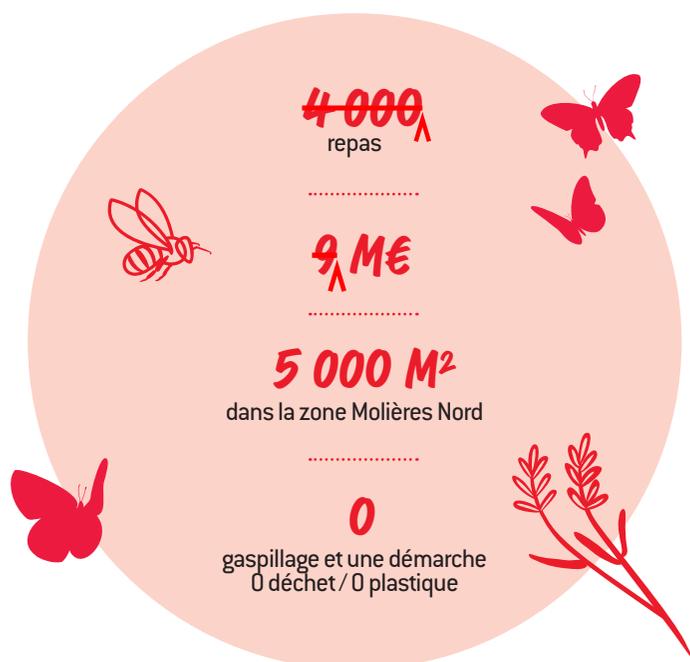
Offrir un repas équilibré par jour à tous les scolaires, lutter contre le surpoids chez les jeunes, principalement lié à la malbouffe... l'UPC travaillera des produits locaux, frais, de saison, favorisant une cuisine « maison ». Loin d'être un lieu d'assemblage, l'UPC sera largement équipée pour cuisiner sur place. La cuisine sera notamment équipée d'une unité pâtisserie et d'une conserverie pour stocker des denrées comme des légumes de saison prédécoupés mais aussi d'une unité de surgélation pour stocker des produits bruts et notamment gérer les surplus de saison.

→ **1^{re} ville** à imposer les exigences d'une labellisation « Écocert en cuisine » dans son marché public d'approvisionnement des cantines scolaires, la Ville poursuivra son engagement à garantir des repas de qualité. Depuis 2018, Miramas est déjà récompensée par 2 carottes sur 3, par le label Écocert, assurant au minimum 40 % de produits bio. Objectif 100 % bio avec le projet d'UPC.



Le +

Une unité de formation comprenant notamment une cuisine d'application pour former aux métiers de bouche et d'autres métiers connexes à la restauration collective (diététique, logistique, etc.) est inscrite au projet d'unité de préparation culinaire. De nouveaux emplois à venir qui vont de pair avec le développement de ces compétences sur le territoire.



BIEN RECYCLER

Les trois communes étudient actuellement tous les moyens pour assurer une gestion responsable de l'UPC. Le projet inclut le compostage des biodéchets et disposera d'une conserverie pour lutter contre le gaspillage alimentaire. De plus, des contenants réutilisables seront livrés aux cantines bénéficiaires pour le transport des repas.

→ À **Miramas**, la question du recyclage des biodéchets dans les cantines n'est pas nouvelle, un composteur électromécanique installé en 2021 à Carnot permettait déjà de recycler les déchets alimentaires. Pour aller plus loin et traiter le volume de déchets que produira l'UPC, la Ville a désormais le recours à une solution de compostage locale, située à Bel Air, sur la commune de Salon-de-Provence. L'engrais créé est ainsi utilisé par les agriculteurs locaux.



Un territoire nourricier et solidaire, où tout le monde mange à sa faim

Si les repas confectionnés dans l'unité de préparation culinaire de Miramas seront proposés à un prix abordable, un modèle fonctionnant en circuit court doit aussi être partagé avec les producteurs locaux, engagés dans la démarche. En produisant des aliments sains et durables pour la future unité de préparation culinaire, ils bénéficieront d'un débouché garanti (un prix et un volume contractualisés) pour leur production. Une démarche gagnant-gagnant à la fois pour les familles, les communes ainsi que les agriculteurs et les éleveurs respectueux de l'environnement, qui souffrent encore parfois de concurrence déloyale. La halle des marchés et des producteurs, qui sera construite sur la Place Jourdan, jouera aussi un rôle pour garantir les débouchés des producteurs bio et locaux et permettre à tous les Miramasséens d'avoir accès à des aliments sains.

À MIRAMAS, TOUS ENGAGÉS **POUR BIEN MANGER !**

Un territoire nourricier durable doit pouvoir s'appuyer sur toutes les ressources et initiatives du territoire, c'est pourquoi associations et habitants ont aussi un rôle à jouer aux côtés des collectivités et des professionnels, pour que bien manger devienne un art de vivre à Miramas.



« *L'alimentation durable rassemble à la fois des enjeux de santé et de protection de l'environnement. Miramas poursuit aujourd'hui sa transition écologique avec une logique de territoire qui dépasse les frontières de la commune, en privilégiant les circuits courts depuis la production jusqu'à la consommation de produits alimentaires sains et durables.* »

Géraldine Buti, adjointe au maire, déléguée à l'environnement, au développement durable, à la propreté et aux canaux.

APPRENDRE À BIEN MANGER, DÈS LE PLUS JEUNE ÂGE

Éduquer les enfants au goût et proposer des menus équilibrés dans les cantines est un engagement de la Ville pour ses écoles. Diversification des protéines (animales ou végétales), plus de légumes et légumineuses, moins de viande pour une viande de meilleur qualité... les menus sont soumis à un cahier des charges précis.

Régulièrement sensibilisés au gaspillage alimentaire dans les écoles, les élèves sont encadrés par le personnel présent durant la pause déjeuner qui est lui aussi formé sur l'hygiène et le gaspillage alimentaire et prochainement sur la végétalisation de l'alimentation. Cette année, une journée de formation aura lieu autour du compostage et des enjeux du tri des biodéchets, sur le site actuel de compostage des biodéchets des cantines de Miramas.

Sensibilisation au tri des biodéchets à la cantine.



12
C'est le nombre d'écoles de Miramas équipées de potagers et de poulaillers pédagogiques.

LE MARCHÉ DES ENFANTS, APPRENDRE À BIEN MANGER EN S'AMUSANT !

Chaque année, des centaines d'écoliers de Miramas se rendent sur le marché hebdomadaire du jeudi matin, où un mini-marché, composé d'une dizaine de stands « à hauteur d'enfants », leur permet de tenir des étalages de fruits et légumes et de faire leurs courses comme les grands.

Sur place, des animations et des jeux pédagogiques leur permettent de découvrir des fruits et légumes, apprendre la saisonnalité et de se familiariser avec l'activité des marchés, le commerce de proximité et les circuits courts.

Une action portée par le Syndicat des commerçants des marchés Marseille-Provence, la MACIF, en partenariat avec la Ville.

DES JARDINS POUR FAIRE SON POTAGER EN VILLE !

Les Jardins familiaux ont une longue histoire à Miramas qui a développé, depuis 2012, plusieurs projets d'agriculture urbaine. Dernier en date, le jardin nourricier de Colomb sera inauguré au printemps et offrira 30 parcelles supplémentaires, attribuées aux jardiniers sur liste d'attente.

Un jardin pédagogique à destination des centres sociaux, écoles et foyers de personnes âgées est construit au cœur du jardin de Colomb, pour sensibiliser aux bonnes pratiques et à l'alimentation saine et de saison.

Rendez-vous en page 33, rubrique Au fil des vies, pour en savoir plus.



DÉFI MIAM – BIEN MANGER, C'EST AVANT TOUT SE FAIRE PLAISIR !

MIAM, c'est le dernier défi des familles de Miramas avec des ateliers thématiques pour découvrir comment manger sain et local, en toute saison. Et tout ça, sans dépenser plus !

Orchestré par l'ADMR Loisir Culture Environnement en collaboration avec la Ville, MIAM a permis à 90 familles de devenir exploratrices du mieux manger à Miramas, pour créer de nouveaux réflexes, grâce à des conseils et en luttant contre certaines idées reçues.

Ateliers cuisine, échanges avec des nutritionnistes, conférences thématiques autour des circuits courts, conseils anti-gaspi, trucs et astuces pour consommer bio et pas cher, mais aussi visites de producteurs locaux, les familles ont rendez-vous en avril pour un grand rallye de clôture, dont les résultats seront proclamés le 25 mai prochain lors de Nature en Fête, le Festival Green de Miramas.

Des légumes bio à portée de main avec l'Amap de Miramas

L'Association pour le maintien d'une agriculture paysanne (Amap) de Miramas réunit sa communauté d'Amapiens chaque semaine au domaine de Cabasse, depuis 2011, pour venir récupérer un panier de légumes et fruits d'agriculteurs locaux. D'autres producteurs proposent œufs, fromage, pain, miel, poissons et viandes de qualité (bio pour la plupart). Une alternative pour consommer mieux sans se ruiner...

+ d'infos sur amapmiramas.wix.com