



66 Du ludique, du pédagogique et... beaucoup de plaisir! 🥍



Toute l'équipe des Paniers de Léa est heureuse de vous présenter ce catalogue et les actions que nous avons imaginées ensemble et avec vous pour mettre l'alimentation saine et durable au cœur de vos événements et actions de sensibilisation.

Que vous soyez une entreprise, une collectivité ou encore une agence de communication événementielle, vous nous sollicitez au quotidien pour vous proposer des actions ludiques et pédagogiques qui collent aux enjeux d'aujourd'hui : responsables, avec du fond et surtout joyeuses !

Et l'alimentation est un outil formidable car c'est à la fois un acte d'engagement citoyen (soutien aux producteurs...), notre premier médicament mais également des moments au-cours desquels nous prenons le temps d'être ensemble tout en nous réjouissant du goût, des saveurs, de la texture ou des odeurs de tel ou tel aliment.

Découvrez vite nos bars à jus, soupes, smoothies, nos ateliers de cuisine antigaspi ou ateliers compost, nos fameux vélos à smoothies, nos ateliers santé et toutes les actions déclinées pour un public enfant.

Depuis 10 ans, nous prenons beaucoup de plaisir à mettre en place ces animations partout en France pour vous....le plaisir, encore le plaisir!









Nos engagements

Nous privilégions les circuits-courts et l'agriculture raisonnée

Nos producteurs sont nos premiers partenaires. Nous travaillons avec la grande majorité d'entre eux depuis notre création en 2010. Nous les sélectionnons avec soin pour leurs **méthodes de travail respectueuses de la santé et de l'environnement**.













Notre charte d'achats responsables

26 de nos producteurs sont signataires de notre charte d'achats responsables qui nous engagent à les rémunérer de manière juste avec, en contrepartie, la garantie de **méthodes de production soucieuses de l'environnement, de la santé de chacun et de conditions de travail respectueuses des hommes** dans leurs exploitations.

Nous minimisons nos déchets

Les contenants de nos corbeilles de fruits sont réalisés en **bois de palettes récupérées** de nos producteurs et transformées par un ESAT. Dans plus de 50% de nos animations, les gobelets utilisés sont des **gobelets réutilisables** lavées après chaque animation. Notre approvisionnement en fruits est effectué en **flux tendu** pour minimiser les pertes. Les fruits non utilisés lors de la préparation de nos corbeilles (car trop mûrs ou autre....) sont redistribués au maximum à nos collaborateurs.



Nous menons un projet de recherche et d'innovation

En 2017, nous avons initié un programme de recherche, **Alim@work**, qui vise à évaluer scientifiquement l'impact de nos actions sur la santé individuelle des collaborateurs et sur les organisations par le Service de Nutrition de l'**Institut Pasteur** de Lille et le cabinet **Atémis**.



Nos engagements

Le RSE Score

Depuis plus de 10 ans, nous agissons pour favoriser une **alimentation plus saine et plus durable** dans les entreprises, collectivités, écoles et facs.

Nous souhaitons ainsi agir à notre niveau pour avoir un impact positif sur l'Homme et notre planète.

Notre action s'inscrit donc dans une démarche Développement Durable (appelée RSE en entreprise).

Chacune de nos actions a une visée responsable. Et pour évaluer l'impact de chacune de ces actions en matière de RSE, nous avons décidé d'établir un **RSE SCORE** qui vous indiquera les leviers sur lesquels chaque action agit.

Comment cela fonctionne?

Notre base de travail : la norme ISO26000 et ses 7 questions centrales :

- 1. Gouvernance de la structure
- 2. Droits de l'Hommes
- 3. Conditions et relations de travail
- 4. Responsabilité environnementale
- 5. Loyauté des pratiques
- 6. Questions relatives aux consommateurs et protection des consommateurs
- 7. Communautés et développement local

Avec nos animations / ateliers, nous pouvons répondre à 3 questions et ses déclinaisons :

1. Conditions et relations de travail

- Engager vos salariés sur la RSE
- Créer une culture d'entreprise autour de la RSE
- Encourager une alimentation saine pour vos salariés
- Encourager la pratique du sport
- Encourager une bonne ambiance entre salariés

2. Responsabilité environnementale

- Encourager la réduction des déchets alimentaire
- Achats développement durable
- Remplacer le plastique : utilisation durable des ressources

3. Contribution au développement local

- Favoriser les circuits courts
- Interagir avec l'économie sociale et solidaire

Pour chaque animation, nous avons donc illustré nos impacts sur l'un ou l'autre de ces leviers par un pictogramme appelé RSE SCORE





Vous êtes intéressé(e) par la mise en place d'une animation ou d'un atelier des Paniers de Léa mais vous <u>ne savez pas quel budget prévoir</u> ?

On vous explique tout!

En bas de chaque fiche de ce catalogue, nous vous donnons une indication sur le tarif. Il est établi de deux manières s'il s'agit d'une animation ou d'un atelier / stand / conférence

Les animations

Elles sont identifiées par une pastille au niveau de la zone "tarif". Le tarif de nos animations dépend de plusieurs variables :

- Le nombre de participants estimé
- Le nombre d'animateurs
- Le type de matériel mobilisé (vélo, centrifugeuse etc...)
- La localisation de votre animation (frais de déplacement)

Les ateliers | stand | conférence

Ils sont identifiés par une pastille au niveau de la zone "tarif".



- Les ateliers et les conférences sont facturés par atelier ou conférence qui durent entre 45mn et 1h30 chacun

Quels frais de déplacement prévoir ?



En ce début d'année 2020, nous sommes présents sur Paris et sur Lille. Les frais sont légèrement supérieurs sur Paris car nous passons **BEAUCOUP** de temps dans les transports pour venir chez vous!

Et pour les animations réalisées en France en dehors de ces 2 métropoles, nous avons développé un process logistique qui nous permet de minimiser les frais de déplacement et de vous garantir la même qualité d'animation partout.

Pour les grandes métropoles (Lyon, Strasbourg, Bordeaux, Marseille et Toulouse), nous nous appuyons sur un partenaire, l'association VRAC, qui agit pour permettre aux gens défavorisés d'avoir accès à une alimentation saine et durable (quartiers défavorisés ou étudiants en précarité).

Les copains de l'association VRAC nous permettent de bénéficier de leur structure logistique et de leur savoir-faire pour gérer les animations. En échange, lorsque c'est possible, nous faisons appel à des adhérents de l'association qualifiés pour réaliser nos animations. Sinon nous mobilisons nos animateurs et naturopathes formés partout en France.





Nos animations Vélos à smoothies

Vélo	à smoothies		page 14
Vélo	à smoothies (enfant	page 15

Vélo à smoothies

Le principe : un vélo fixe, un blender et votre énergie... Pédalez et réalisez à la force de vos petits mollets un délicieux cocktail de fruits frais.

Le vainqueur du challenge remporte une corbeille de fruits de saison. Nos smoothies sont réalisés à partir de fruits frais en provenance directe de producteurs engagés pour une agriculture raisonnée.

Recettes proposées en fonction des saisons :

Exemple de smoothie d'été : Fraise, basilic & orange

Exemple de smoothie d'automne : Kiwi, pomme & orange

Nous nous chargeons de TOUT pour vous fournir une animation clé en main.

Tarif:

2 vélos à smoothies / 2 recettes de saison / 100 participants /3h d'animation

775€ HT*

* Hors frais de déplacement éventuels





Favorise l'engagement de vos salariés à la RSE / Encourage une alimentation saine po



Vélo à smoothies enfant

Faites pédaler parents et enfants ensemble pour qu'ils se préparent un délicieux smoothie tout en s'amusant.

Nous pouvons vous proposer 2 tailles de vélos (adultes et enfants de - de 6 ans) pour vous permettre de mettre en place une animation conviviale pour toute la famille!

Atravers les recettes de saison proposées, nos animateur (rice) sensibiliseront les enfants aux bienfaits des fruits et légumes dans leur alimentation.

Témoignage 🛆



Emma L., Collaboratrice de cabinet, Mairie de Viry Châtillon

Tarif :

2 vélos à smoothies* / 2 recettes de saison / 100 participants /3h d'animation *Au choix entre taille adulte et taille enfant

775€ HT**







Nos animations,

Bars

Bar à smoothies	page 18
Bar à jus détox	page 19
Bar à jus d'oranges	page 20
Bar à soupe chaude	page 21
Bar à gaspacho	page 22
Bar à brochettes de fruits	page 23
Chariot à smoothies	page 24
Bar à tapas d'insectes	page 25
Bar à burgers d'insectes	page 26

Bar à smoothies

Le principe : deux blenders, un(e) animateur(rice) souriant(e) et des fruits frais...il ne vous reste plus qu'à déguster un délicieux smoothie!

Réalisés à partir de fruits issus de l'agriculture raisonnée pour assurer une qualité et une saveur incomparables...

Nous nous chargeons de **TOUT** pour vous fournir une animation clé en main.

Zoom sur les gobelets Newcy 🔾

4,7 milliards de gobelets sont jetés chaque année en France et seulement 1% est recyclé. C'est notamment le cas en entreprise. Forts de ce constat, les 4 co-fondateurs de Newcy ont décidé d'adapter un modèle qui connait son succès dans les festivals depuis quelques années : le gobelet réutilisable.

Depuis 2018, les Paniers de Léa a adopté la solution Newcy pour toutes ses animations qui ne dépassent pas 150 personnes!

Tarif :

2 blenders / 2 recettes de saison / 100 participants /3h d'animation

500€ HT*









Munis de nos centrifugeuses, nos animateurs(rices) vous préparent un délicieux jus détox pour faire le plein d'énergie et d'antioxydants!

Nous nous chargeons de TOUT pour vous fournir une animation clé en main.

Découvrez des recettes de jus détox surprenantes et qui raviront vos collègues. La recette préférée des participants : Carottes / Pommes / Gingembre. Une recette idéale pour stimuler les défenses immunitaires!

Le saviez-vous? 📖 🥌



A l'origine, la carotte n'était pas de couleur orange!

C'est au XVIème siècle que des hollandais décidèrent de croiser des carottes rouges avec des carottes blanches pour obtenir une carotte de couleur orange. L'objectif : faire un cadeau au Prince Orange, membre de la famille royale, la Maison Orange, régnante à cette époque.

Tarif :

1 centrifugeuse / 1 recette / 100 participants /3h d'animation

500€ HT*













RSE Score

e **bonne ambiance** entre salariés / Achats **développement durable** / Remplace le plastique : **utilisation durable** des re

Bar à jus d'oranges

Avant l'arrivée de vos collègues, au petit matin, notre équipe d'animateurs installe un bar à jus d'oranges pour presser des jus d'oranges frais et permettre ainsi à vos collègues de faire le plein de vitamines.

Mettre en place une animation « bar à jus d'oranges » c'est la garantie d'une sacrée surprise pour vos collègues et des sourires dès le début de la journée!

Idée sourire : organisez la tournée des bars !

Mais pas n'importe laquelle, la tournée des bars à jus. Mettez en place une animation avec 3 types de bars : smoothies, jus détox et jus d'oranges pour un maximum de plaisir !





Tarif :

1 machine à jus professionnelle / 100 participants /3h d'animation

500€ HT*

*Hors frais de déplacement éventuels





"Cette animation agit sur les piliers de la RSE suivants :

Encourage une culture d'entreprise autour de la RSE / Encourage une alimentation saine pour vos salariés / Encourage une bonne ambiance entre salariés / Achats développement durable / Remplace le plastique : utilisation durable des ressources / Favorise les circuits cou



Bar à soupe chaude

Un mélange de légumes de saison et d'épices pour faire le plein de vitamines et ravir les participants avec une soupe chaude de saison!

Nos animateur(rice)s vous proposeront 2 recettes de saison élaborées à partir de légumes produits par des producteurs locaux!

Exemple de recettes :

- Soupe maraichère (Poireaux, navets, carottes...)
- Soupe carotte, citron et gingembre- Graines de courges
- Soupe de patates douces, poireaux et lait de coco
- Velouté de céleri et pistaches torréfiées

Témoignage $\stackrel{\circ}{ extcircle}$



« J'ai été ravi de collaborer avec les Paniers de Léa dans le cadre d'un événement client, notamment sur leurs animations «Jus détox», «Smoothies» et «Bar à soupes». Les produits sélectionnés sont de qualité, goûtus, avec un bon choix de recettes. L'équipe est également très professionnelle, à l'écoute et réactive. »

Mikaël B., Président de Exaltis Consulting

Tarif :

2 soupières / 2 recettes de saison / 100 participants /3h d'animation

925€ HT*

*Hors frais de déplacement éventuels



RSE Score⁸











Bar à gaspacho

Un mélange de légumes de saison et d'épices pour faire le plein de vitamines et ravir les participants avec une soupe froide de saison lorsque les températures montent!

Nos animateur(rice)s vous proposeront 2 recettes de saison élaborées à partir de légumes produits par des producteurs locaux!

Recettes:

- Gaspacho rouge: Tomate, oignon, poivron rouge, concombre
- Gaspacho vert : Concombre, basilic, féta, oignon, poivron vert

Les bienfaits des gaspachos 🗒

Originaire du Sud de l'Espagne, le gaspacho est généralement servi en apéritif ou en entrée. Riche en légumes, le gaspacho est naturellement une source de vitamines, de nutriments et d'antioxydants. Le bar à gaspacho est une animation idéale pour sensibiliser vos collègues sur les bienfaits des légumes dans leur alimentation au quotidien!

Tarif:

2 soupières / 2 recettes de saison / 100 participants /3h d'animation

925€ HT*







Bar à brochettes de fruits

2 animateurs préparent devant les participants des brochettes avec des fruits de saison.

Les participants pourront picorer des brochettes de fruits individuelles mais également personnaliser leurs brochettes à la demande auprès de nos animateurs!

Au menu : Fraise / Basilic, Melon / Pastèque, Kiwi, Fruits de la passion en été.

Tarif :

6,5€ HT / personne*

Durée : jusque 4h / Au-delà de 4h : nous consulter

*Hors frais de déplacement éventuels



RSE Score*









Chariot à smoothies

Notre chariot à smoothies est autonome en électricité et sa taille nous permet de déambuler facilement dans les couloirs de votre entreprise en montant aux différents étages par les ascenseurs.

Le chariot à smoothies est un bar ambulant qui va vers vos collègues pour leur distribuer de délicieux smoothies fraîchement pressés devant eux!

Véhiculez votre message personnalisé avec son panneau amovible.



Tarif :

1 chariot / 2 recettes de saison / 100 participants /3h d'animation

775€ HT*







Bar à tapas d'insectes

Un animateur tiendra un stand sur lequel vos collègues seront invités à découvrir et goûter les insectes comestibles sous forme de....tapas !

Au menu : houmous, tapenade et fromage frais, tous réalisés avec de la farine d'insectes à tartiner sur du bon pain frais.

Nous faisons appel à la gourmandise des participants pour qu'ils se rendent compte que manger des insectes rime aussi avec plaisir.

Ils seront sensibilisés aux bienfaits des insectes, comme notamment leur apport en protéines, qui permet de réaliser des recettes de cuisine en remplaçant la viande ou d'autres ingrédients dont la production et l'élevage ont des conséquences majeures sur notre environnement.

Un véritable atelier de sensibilisation qui combine pédagogie et plaisir du palais!

Histoire de la tapa 📥

Saviez-vous que le mot tapa signifie "couvercle" en espagnol. Originaire d'Espagne, les tapas sont nées d'un besoin de protéger les verres de vins des mouches et de la poussière en positionnant sur le dessus une tranche de fromage ou de jambon.

A chaque commande de vin, un petit entremet était donc servi sur le verre et prêt à être mangé. Les fameuses tapas qui font la réputation des bars espagnols étaient nées!

Tarif :

100 participants /3h d'animation

525€ HT*



Bar à burger d'insectes

Pour vos événements d'entreprise, innovez et sensibilisez vos collègues en leur proposant un bar à burgers....d'insectes.

Munis de nos cuisines mobiles, notre équipe vous propose des burgers avec des steaks fabriqués à partir de farines d'insectes. La recette secrète : de la farine d'insectes mixée avec des pois-chiches, des épices et des aromates.

Un D.E.L.I.C.E!!!

Zoom sur la consommation d'eau pour produire 1kg de viande bovine 🔾

On lit souvent qu'il faut 15.000 litres d'eau pour produire 1kg de viande bovine. Ce chiffre doit être analysé plus finement. L'animal qui sera élevé pour sa viande boira l'équivalent de 500 litres d'eau dans sa vie pour 1kg de viande produite soit 2% des 15.000 litres indiqués.

Les 98% restants concernent l'eau nécessaire pour la production des 8.500 kilos de grains et de fourrage qu'il mangera durant sa vie. C'est une nuance importante car cette eau entre dans le cycle de l'eau naturel et serait consommée par les plantes s'il n'y avait pas d'élevage!



8€ HT / personne*

Durée : jusque 4h / Au-delà de 4h : nous consulter.











Nos animations,

Ateliers santé | Bien-être | QVT

Stands thématiques «alimentation et bien-être»	page	30
Blind test «eaux aromatisées»	page	31
Bienfaits des jus et smoothies	page	32

Stands thématiques «alimentation et bien-être»

Le bien-être est devenu un enjeu essentiel pour les entreprises, et l'alimentation en est un pilier incontournable!

Pour vous, nous avons créé de nombreuses thématiques qui traitent de ces deux sujets et qui peuvent chacune être déclinées en plusieurs formats : stand, ateliers ou conférences.

- Quel petit-déjeuner pour être au top de sa forme ?
- Se préparer une lunch box équilibrée
- Les clés de l'alimentation healthy au quotidien
- Bien s'hydrater au travail
- Les pouvoirs des supers-aliments
- Les aliments du bonheur
- Les Healthy snacks

٠..

Afin de s'adapter au mieux à vos enjeux, d'autres thématiques sont possibles sur demande spécifique.

Tarif :

500€ HT*

3 formats possibles à ce prix : atelier pratique d'1h**, stand jusque 4h ou

conférence jusque 1h30

*Hors frais de déplacement éventuels / **le 2ème atelier est proposé à -50%







Blind test «eaux aromatisées»

Le principe : de l'eau aromatisée avec des fruits, des légumes ou même des herbes fraîches de saison contenues dans des fontaines.

Sous forme de jeu, les participants partiront à la découverte de ces eaux aromatisées et de leurs bienfaits multiples : élimination des toxines, meilleure digestion, humeur et énergie, amélioration du système immunitaire....

Notre animateur(rice) expliquera leurs bienfaits et complétera la découverte par l'explication des bienfaits nutritionnels des fruits et des légumes qui composent ces eaux.

Chaque participant repartira avec une fiche pratique pour réaliser ces eaux aromatisées à la maison et qui rappellera leurs bienfaits.



Tarif :

500€ HT*

Stand d'une durée allant jussqu'à 4h (150 pers. max)

750€ HT*

Stand d'une durée allant jusque 8h (300 pers. max)

*Hors frais de déplacement éventuels



RSE Score*



Cette animation agit sur les piliers de la RSE suivants

Encourage une culture d'entreprise autour de la **RSE /** Encourager une **bonne ambiance** entre salariés

Bienfaits des jus & smoothies

Un blender, une centrifugeuse et des fruits et légumes de saison pour un atelier pratique d'1h, au-cours duquel notre naturopathe préparera des jus et smoothies avec vos collègues que ceux-ci dégusteront.

De manière conviviale, ces derniers repartiront avec des clés pour apprendre à se préparer des jus et smoothies healthy, détox et vitaminés pour la maison!

A l'issue de l'atelier, ils repartiront avec une fiche qui reprend les éléments découverts durant l'atelier.

Extracteur de jus ou centrifugeuse?

Lors de nos animations bars à jus détox ou de nos ateliers sur les bienfaits des jus et des smoothies, une question revient systématiquement : quelle est la différence entre un extracteur de jus et une centrifugeuse ?

L'extracteur de jus presse doucement les fruits pour en extraire le jus à la différence de la centrifugeuse qui va broyer les aliments avec une sorte de râpe. Avec cette dernière, les fruits subissent donc une certaine "chauffe" qui va détruire des nutriments au contraire de l'extracteur de jus qui en conserve un maximum.

La valeur nutritionnelle des jus obtenus avec la centrifugeuse reste tout de même suffisamment intéressante et son côté pratique, surtout pour nos animations, est la rapidité d'obtention du jus!

Tarif :

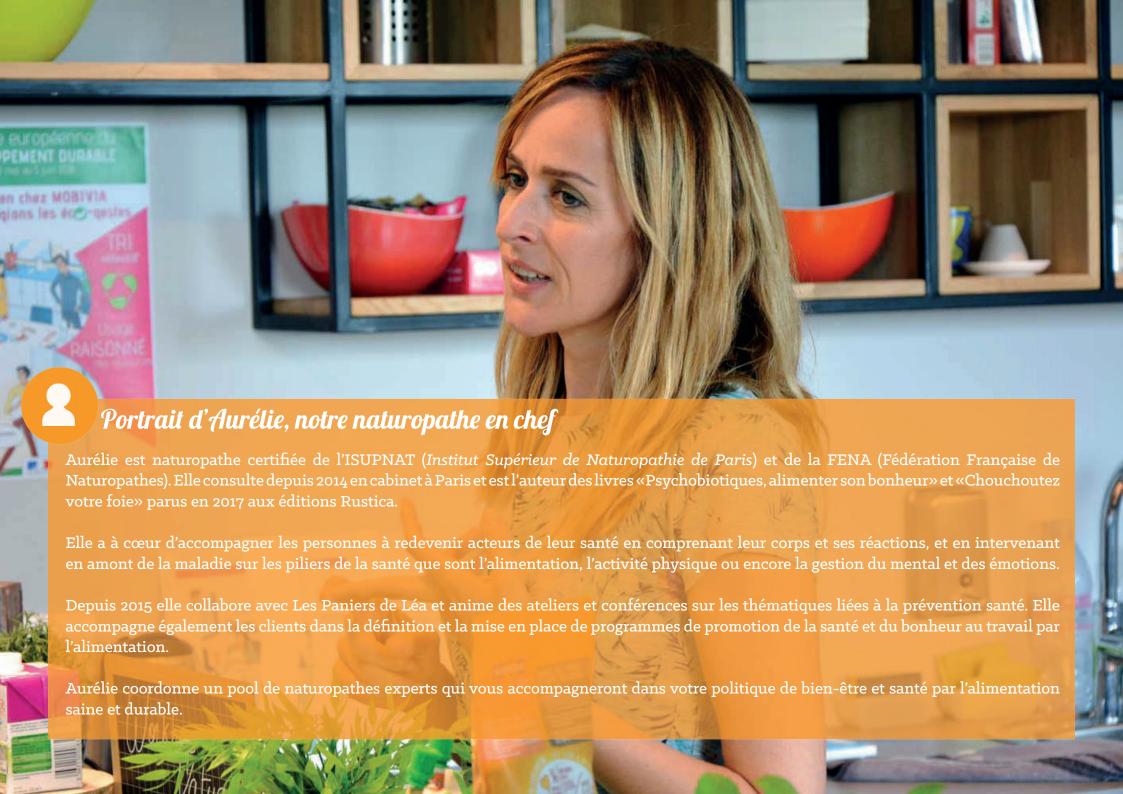
500€ HT / personne*

3 formats possibles à ce prix : atelier pratique d'1h**, stand jusque 4h ou conférence jusque 1h30 $\,$

*Hors frais de déplacement éventuels / **le 2ème atelier est proposé à -50%











Nos animations,

Ateliers Développement Durable | RSE

Cuisine anti-gaspipa	age 36
Réaliser son compost domestique pa	age 37
Roue des saisons pa	age 38
«Bar à insectes : l'alimentation du futur» p	age 39

Cuisine anti-gaspi

Une animation d'actualité pour laquelle nous sommes très sollicités! Nous proposons 3 formats d'animations pour nous adapter à vos besoins : stand, conférence ou atelier pratique pour 10 à 15 personnes.

Nous proposons 2 thématiques au choix pour les ateliers pratiques et les stands :

L'apéro anti-gaspi

Vos collègues découvrent comment réaliser un apéro anti-gaspi avec 100% d'une botte de radis et 100% d'une botte de carotte.

Au menu : pesto de fanes de carottes à déguster avec les bâtonnets de radis et de carottes et smoothies aux fanes de radis pour la boisson.

L'anti-gaspi au quotidien

Vos collègues découvriront comment adopter une consommation anti-gaspi avec les aliments du quotidien : que faire des pelures de pommes ? du pain rassi ? avec l'eau des pâtes ? etc.....

Chaque participant repartira avec des fiches recettes pratiques pour adopter une alimentation plus responsable au quotidien!



Tarif:

500€ HT*

3 formats possibles à ce prix : atelier pratique d'1h**, stand jusque 4h ou conférence jusque 1h30.

*Hors frais de déplacement éventuels / **le 2ème atelier est proposé à -50%







Les clés pour réaliser son compost domestique,

Notre animateur viendra dans votre entreprise muni de notre lombricomposteur afin de vous donner les clés pour apprendre à réaliser son compost domestique!

Les clés:

- Le compost, quest-ce que c'est?
- Les bonnes pratiques et erreurs à éviter.
- Comment l'utiliser?

Cette animation est disponible sous 3 formats différents :







Stand Jusque 150 pers. pour 3h



Conférence Jusque 150 pers. pour 1h

Une fiche pratique sera distribuée à vos collaborateurs à l'issue de cette

animation.



Tarif:

500€ HT*

3 formats possibles à ce prix : atelier pratique d'1h**, stand jusque 4h ou conférence jusque 1h30

*Hors frais de déplacement éventuels / **le 2ème atelier est proposé à -50%



Roue des saisons

Atelier ludique et très visuel qui permet de sensibiliser vos collègues à l'importance de manger des fruits et légumes de saison!

Vos collègues sont invités à tourner la roue des saisons qui s'arrête sur un fruit ou un légume. Ils sont alors amenés à indiquer sur un calendrier, le ou les mois de production en France du fruit ou du légume concerné.

Chaque participant repartira avec le calendrier des saisons des fruits et légumes en France et un fruit à déguster!





500€ HT*: stand d'une durée allant jusque 4h (150 pers.max)

750€ HT*: stand d'une durée allant jusque 8h (300 pers. max)









Une animation sous forme de stand sur lequel vos collègues sont invités à découvrir et goûter les insectes comestibles.

Ils découvriront les bienfaits des insectes, et notamment leur apport en protéines, qui permet de réaliser des recettes de cuisine en remplaçant la viande ou d'autres ingrédients dont la production et l'élevage ont des conséquences majeures sur notre environnement.

Ils repartiront avec des fiches pratiques qui reprend les apports en nutriment des insectes et des idées recettes.

Un véritable atelier de sensibilisation qui combine pédagogie et aspect ludique!

Zoom sur Minus Farm 🔾

Notre producteur d'insectes partenaire, c'est Minus Farm, dont la microferme urbaine est basée à Marcq en Baroeul dans les Hauts de France.

C'est en regardant un reportage à la télévision que Virginie et Mathieu décident de se lancer dans la production d'insectes. Leur objectif : promouvoir l'intégration des protéines d'insectes comestibles de façon durable dans notre alimentation.

Tarif :

600€ HT*: stand d'une durée allant jusque 4h (150 pers. max)

900€ HT*: stand d'une durée allant jusque 8h (300 pers.max)

*Hors frais de déplacement éventuels













39







Nos animations,

Sport en Fête 2024

Vélo à smoothies sur piste	page	42
Saut en odeur	page	43
Natation aromatisée	page	44
Lancer de noix	page	45
110mètre baie	page	46

Vélo à smoothie sur piste

Le cyclisme sur piste est un sport olympique phare!

Les athlètes, tels des funambules tournent à toute vitesse sur des pistes dont ils sont les maîtres. Une épreuve où les athlètes brûlent une grande quantité de graisses!

Les Paniers de Léa revisite cette épreuve mythique et invite les participant(e) s à monter sur leur vélo à smoothies. Chaque participant(e) devra réaliser l'équivalent d'un tour de piste olympique soit 250 mètres (mesuré avec un compteur kilométrique)

Pour remporter l'épreuve, chaque candidat(e) devra au préalable évaluer le nombre de calories brûlées.

Et comme l'adage dit qu'il n'y a pas de gagnant, il n'y a que des participants, chaque participant(e) se verra récompensé par un smoothie bien frais qu'il/elle aura lui-même mixé durant l'épreuve.

Tarif :

2 vélos à smoothies* / 2 recettes de saison / 100 participants / 3h d'animation *Au choix entre taille adulte et taille enfant

775€ HT**







Saut en odeur

Le record olympique du saut en hauteur est de 2,39m pour les hommes et de 2,06m pour les femmes.

Allez-vous battre ces records de saut...en odeur?

Grâce à notre bar à odeur, nous proposons aux participant(e)s, adulte ou enfant, de franchir 50cm pour chaque odeur découverte. L'occasion pour notre animateur(rice) de vanter les vertus de l'aromathérapie pour les sportif(ve)s!

Une fiche récapitulative des bienfaits de l'aromathérapie et un zoom sur l'épreuve du saut en hauteur dans les jeux olympiques sera distribuée à chaque participant(e)

Tarif :

600€ HT*

Format stand « clé-en-main »



Natation aromatisée

Lors des Jeux Olympiques, l'épreuve de natation synchronisée fait l'objet d'une évaluation par 5 jurés.

Les Paniers de Léa revisite cette épreuve pleine de grâce et propose aux participant(e)s de séduire chaque membre du jury représenté par un superaliment à goûter à l'aveugle.

A l'issue de ce blind-test qui s'adapte à un public d'adulte ou à un public d'enfants, une fiche récapitulative des bienfaits des supers aliments et un zoom sur l'épreuve de natation synchronisée dans les jeux olympiques sera distribuée à chaque participant(e)

Tarif :

600€ HT*

Format stand « clé-en-main »





Le lancer de noix

Le record olympique du lancer de poids est de 23,37m pour les hommes et de 22,63m pour les femmes.

Allez-vous battre ces records de lancer de...noix?

Notre matériel : Une cible trouée et une distance graduée au sol

A chaque lancé réussi, nous invitons le ou la participant(e) à se reculer et re-essayer de viser dans la cible.

Une animation hyper ludique adaptée aux adultes et aux enfants et qui permet d'évoquer les bienfaits de la noix sur notre santé.

Une fiche récapitulative des bienfaits des noix et un zoom sur l'épreuve de lancer de poids dans les jeux olympiques sera distribuée à chaque participant(e)

Tarif :

600€ HT*

Format stand « clé-en-main »



<u>Le 110m baie</u>

L'épreuve olympique du 110 mètres haies consiste à franchir le plus vite possible 10 haies alignées

Les Paniers de Léa revisite cette épreuve et fournit à chaque participant 10 baies / graines / oléagineux (baie de goji, cramberries, noix du brésil, graine de courge, graine de lin ...) et une planche.

A travers quelques phrases et descriptions de l'animateur(rice), le/la participant(e) tente de placer les baies/graines sur sa planche dans le bon ordre

A la fin, l'animateur(rice) dévoile l'ordre réel et compare avec le résultat du de la participant(e).

L'occasion d'en apprendre plus sur les vertus de ces aliments et de les savourer!

Une fiche récapitulative des bienfaits des supers aliments et un zoom sur l'épreuve du 110 mètre haies dans les jeux olympiques sera distribuée à chaque participant(e)



700€ HT*

Format stand « clé-en-main » comprenant la dégustation des supers aliments











Nos animations,

Jeu de piste

feu de piste – La recette	page 5	О
[eu de piste – 7000 pas	page 5	1

Jeu de piste - La recette

Sensibilisez vos collaborateurs au bien-être alimentaire avec une aventure urbaine insolite et fruitée!

La Recette, c'est votre jeu fédérateur spécial QVT pour favoriser les bonnes habitudes au sein du quotidien professionnel tout en s'amusant.

Connectés au jeu depuis leur smartphone personnel, les équipes se rendent sur les différentes étapes de ce parcours urbain pour y débloquer quizz, défis photos, blind-tests ou encore challenges vidéo...

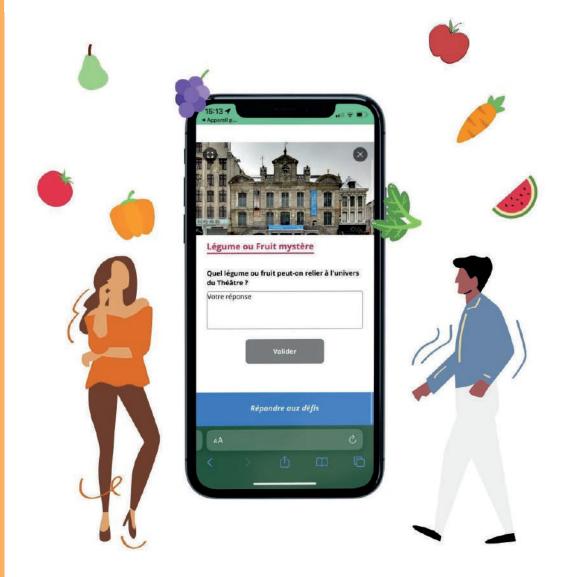
Offrez à vos équipes une visite des principaux monuments de la ville à travers une recette unique pour répondre à 2 objectifs : sensibiliser vos collaborateurs à une alimentation plus saine & durable, et retrouver tous les ingrédients de la recette de la cohésion, élément clé de la bonne humeur au travail !

Une animation qui peut se mettre en place dans n'importe quelle ville de France et du monde sur simple demande!

Cette animation est déclinable en Indoor pour les campus des entreprises ou les salles de réception événementielle!

Durée estimée du jeu de piste : 1h30 par équipe







Jeu de piste - 7000 pas

Il favorise la cohésion d'équipes amenées à visiter les principaux monuments d'une ville à travers une recette unique...la recette de la cohésion!

A l'aide d'une appli de géolocalisation, vos équipes seront amenées à visiter les principaux monuments d'une ville qu'ils devront associer à un des organes du corps humain contenu dans la liste qui leur sera proposée. L'occasion de diffuser un message de prévention santé qui sera abordé de manière conviviale

Ils devront également répondre de manière interactive à des quizz et énigmes ou à réaliser des photos originales.

Un quizz final permettra aux différentes équipes de se départager

Une animation qui peut se mettre en place dans n'importe quelle ville de France et du monde sur simple demande !

Cette animation est déclinable en Indoor pour les campus des entreprises ou les salles de réception événementielle!

Durée estimée du jeu de piste : 1h30 par équipe



Tarif et modalités de mise en place : Nous consulter*







Nos animations Handicap

J'ai la dalle...mais j'y vois que dalle!...... page 54

J'ai la dalle... mais j'y vois que dalle

Projetez-vous : il est midi, c'est l'heure de manger.

Vous avez faim...la dalle comme on dit!

Problème : vous êtes déficient visuel....vous n'y voyez que dalle !

Animée par une personne en situation de déficience visuelle et un(e) animateur(rice) de notre équipe, nous vous proposons d'affronter les épreuves quotidiennes que vivent ces personnes en situation de handicap :

- La pesée
- Le toucher
- Le goût
- L'odorat

Ce n'est pas si facile de faire la cuisine quand on y voit rien...mais les sens sont là pour nous aider.

Une animation coup de coeur pour vous aider à faire évoluer les regards sur cette situation de handicap!

Cette animation a été co-imaginée avec Ombeline, fondatrice de la Cuisine de Jeannette, un superbe projet de conserverie inclusive.

Cette animation est également co-produite avec la Cuisine de Jeannette qui forme et mobilise les animateur(ice)s en situation de handicap qui viennent tenir l'animation chez vous!



Tarif et modalités de mise en place :

Nous consulter*







Nos animations Pour les enfants

Vélo à smoothies enfant	. page 58
Les champions de l'anti-gaspi	page 59
Roue des saisons	. page 60
Blind test «eaux aromatisées»	. page 61
Enquête sur les légumes oubliés	. page 62
Atelier «les super-pouvoirs des fruits et légumes»	page 63
Passeport gourmand	. page 64

Vélo à smoothies enfant

Faites pédaler parents et enfants ensemble pour qu'ils se préparent ur délicieux smoothie tout en s'amusant.

Nous pouvons vous proposer 2 tailles de vélos (adultes et enfants de - de 6 ans) pour vous permettre de mettre en place une animation conviviale pour toute la famille!

Atravers les recettes de saison proposées, nos animateur (rice) s sensibiliseront les enfants aux bienfaits des fruits et légumes dans leur alimentation.

Tarif :

2 vélos à smoothies* / 2 recettes de saison / 100 participants /3h d'animation *Au choix entre taille adulte et taille enfant

775€ HT**

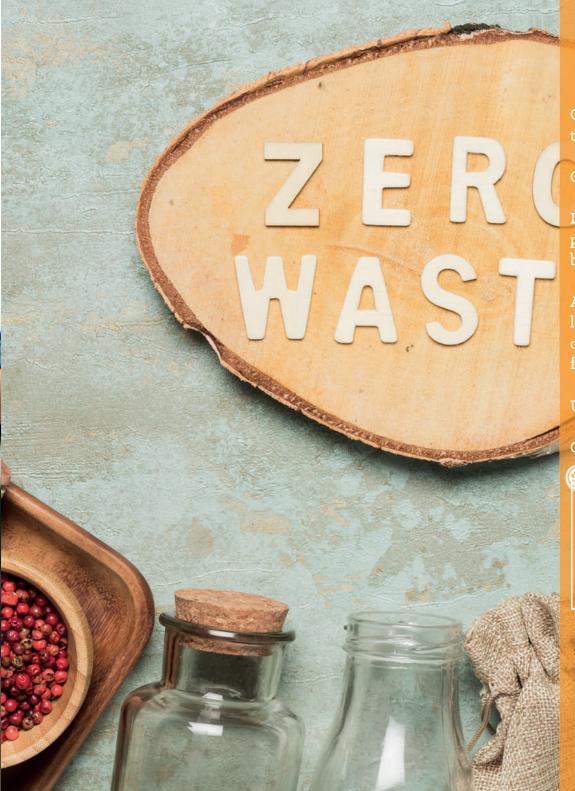
**Hors frais de déplacement éventuels





*Cette animation agit sur les piliers de la RSE suivants :

Encourage une culture d'entreprise autour de la RSE / Encourage une alimentation saine pour vos salariés / Encourage une bonne ambiance entre salariés / Achats développement durable / Remplace le plastique : utilisation durable des ressources / Favorise les circuits court



Les champions de l'anti-gaspi

Cette animation sensibilisera les enfants au gaspillage alimentaire et leur transmettra les bonnes pratiques à réaliser au quotidien.

Cette animation est proposée au format atelier et au format stand.

Durant l'atelier, les enfants pourront préparer leur propre smoothie à partir de fruits abîmés en cuisinant eux-même grâce à des couteaux qui ne blessent pas!

Au cours de l'atelier et du stand, ils apprendront le circuit des fruits et légumes, du producteur au magasin. Ils apprendront également à savoir comment bien conserver les aliments ; quels sont les aliments qui vont au frigo et à quel étage les placer.

Une animation = 1h pour 10 enfants.

Chaque enfant repartira avec une fiche récapitulative des bonnes pratiques.



Tarif :

500€ HT*

3 formats possibles à ce prix : atelier pratique d'1h**, stand jusque 4h ou conférence jusque 1h30.

*Hors frais de déplacement éventuels / **le 2ème atelier est proposé à -50%



Roue des saisons

Atelier ludique et très visuel qui permet de sensibiliser les enfants à l'importance de manger des fruits et légumes de saison!

Les enfants sont invités à tourner la roue de la saison qui s'arrête sur un fruit ou un légume. Ils sont alors amenés à indiquer sur un calendrier, le ou les mois de production, en France, du fruit ou du légume concerné.

Chaque participant repartira avec le calendrier des saisons des fruits et légumes en France et un fruit à déguster!



Tarif :

500€ HT*: stand d'une durée allant jusque 4h (150 pers.max)

750€ HT* : stand d'une durée allant jusque 8h (300 pers. max)







Blind test «eaux aromatisées»

Le principe: de l'eau aromatisée avec des fruits, des légumes ou même des herbes fraîches de saison contenue dans des fontaines.

Sous forme de jeu, les enfants partiront à la découverte de ces eaux aromatisées et de leurs bienfaits multiples : élimination des toxines, meilleure digestion, humeur et énergie, amélioration du système immunitaire....

Notre animateur(rice) expliquera leurs bienfaits et complétera la découverte par l'explication des bienfaits nutritionnels des fruits et des légumes qui composent ces eaux.

Chaque enfant repartira avec une fiche pratique pour réaliser ces eaux aromatisées à la maison et qui rappellera leurs bienfaits.



Tarif :

500€ HT*

Stand d'une durée allant jussqu'à 4h (150 pers max)

750€ HT*

Stand d'une durée allant jusque 8h (300 pers. max)



Enquête sur les légumes oubliés

Sous forme d'enquête, les enfants seront dans la peau d'un détective à la recherche des légumes oubliés.

Une fois le produit identifié, notre animateur proposera un petit quizz pour en savoir plus sur les légumes oubliés : d'où il vient, ce qu'il a d'intéressant pour le corps, comment il pousse...

Pourquoi dit-on légumes oubliés? 📮



Le panais a ainsi été progressivement remplacé par la pomme de terre, tandis que le rutabaga et le crosne ont été laissés de côté car ils sont associés à la période des 2 guerres et de restriction alimentaire.

Tarif :

500€ HT*: stand d'une durée allant jusque 4h (150 pers.max)

750€ HT*: stand d'une durée allant jusque 8h (300 pers. max)





Atelier «les super-pouvoirs des fruits & légumes

Ateliers de 30mins pour 10 enfants environ pour apprendre à identifier, mais surtout goûter, les fruits et légumes de saison.

Les yeux bandés : appréhender le toucher, l'odorat puis le goût d'un fruit ou légumes sous ses différentes formes (jus/cru, dur/mou...).

Une fois le produit identifié, les enfants doivent dessiner le super-pouvoir qu'ils imaginent associé au fruit ou au légume puis l'animateur(rice) anime un petit quizz pour en savoir plus sur le superfruit (d'où il vient, ce qu'il a d'intéressant pour le corps, comment il pousse...).

A l'issue de l'atelier, chaque enfant repart avec un fruit et une recette à réaliser à la maison.



Tarif :

500€ HT* : enchaînement d'ateliers de 30mn. Durée max : 4h (100 pers.max)

750€ HT* : enchaînement d'ateliers de 30mn. Durée max : 8h (200 pers. max)

*Hors frais de déplacement éventuels



RSE Score*



*Cette animation agit sur les piliers de la RSE suivants : Encourage une **alimentation saine** pour vos salariés / Encourage la **réduction des déchets alimentaire**



Passeport gourmand

Munis d'un passeport gourmand que nous créons avec vous, les enfants obtiennent un tampon après chaque atelier pour valider qu'ils ont bien reçu la fiche de sensibilisation qui rappelle ce qu'il a appris pendant l'atelier :

- Atelier "les super-pouvoirs" : 1 fiche recette
- **Atelier "Blind-test"** : 1 fiche contenu qui présente l'intérêt de l'eau détox et comment la préparer
- Atelier "La roue de la saison" : le calendrier des saisons des fruits et légumes en France





Les Paniers de Léa c'est aussi

Des petits déjeuners livrés partout en France



Envoyés sous forme de kits de 25 ou 50 personnes, nous vous proposons 3 formules : le healthy, le terroir ou le gourmand.

Contenu du petit déjeuner healthy pour 50 personnes :

- 2 tranches de pain sans gluten type «pain des fleurs» par personne
- Purée de fruits biologique et sans sucres ajoutés 2*630g
- Purée d'amandes complète Bio 350g
- Mélange d'oléagineux 1kg
- 7 bouteilles de jus de fruits artisanal 1L
- 1 corbeille de 5kg de fruits frais contenus dans une corbeille en osier
- 20 sachets de thé vert bio
- Nappe jetable, couverts recyclables, gobelets en amidon de maïs
- Bocaux en verre et plateaux de présentation en pulpe
- Fiches présentant les bienfaits de chaque élément composant le petit-déjeuner
- Un mode d'emploi pour expliquer comment installer simplement le petit-déjeuner

475€ HT pour 50 personnes - Livraison comprise.



Des fruits & des fruits secs livrés toute l'année

Corbeilles de fruits

Livraison partout en France



Disponible en 5kg, 7kg ou 10kg

Fruits secs



Box d'agrumes

Clémentines ou oranges



Notre éco-système































































MARCOUSSIS



















































lourcoing

















Lesieur









Ils nous font

confiance!





















































les paniers de les paniers de les paniers

www.lespaniersdelea.com contact@lespaniersdelea.com 09.83.49.76.44