

Gratuit

de 9h30 à 17h30

**Samedi 30 mai 2026** au CAP' (Capucins)

À l'Espace des Capucins, 4 bd des Capucins, THOUARS,  
l'Université Citoyenne organise une **journée** :

## **A Table! L'alimentation en action : apprendre, goûter, partager**

Le matin au CAP', des ateliers :

- 1 - « cuisiner, c'est faire de la chimie ! Des expériences  
surprenantes » avec la Bêta-Pi.
- 2 - balade-cueillette de plantes sauvages comestibles  
avec Sylvain DANGER.
- 3 - cuisine participative et préparation d'un buffet  
partagé entre les participants des ateliers.

**Réservé aux adhérents** de l'Université Citoyenne, des Attablés et du Centre Socioculturel. Sur **inscription** à l'un des trois ateliers auprès de l'association concernée. Nombre de places limité.



Avec le soutien de  
universite.citoyenne79@gmail.com  
<https://universite-citoyenne-thouars.fr>



VILLE DE  
**THOUARS**  
COMMUNE NOUVELLE  
MAUZE-THOUARSAIS  
MISSE  
SAINTE-RADEGONDE  
COMMUNES DÉLÉGUÉES



ESPACE  
**MENDÈS  
FRANCE**

Gratuit

de 9h30 à 17h30

**Samedi 30 mai 2026** au CAP'

**L'après-midi, pour tous, sans inscription et au choix :**

**13h45 puis à 15h15**

**exposition "T'as l'air dans ton assiette" (EMF) ou  
visite guidée du jardin partagé des Capucins**

**14h30 temps d'échanges avec Sébastien OGER  
et les équipes du Centre Socioculturel et la  
participation des Attablés et  
**Qu'est-ce que l'épicerie sociale et solidaire ?****

**16h conférence-débat avec Emilie GUICHARD,  
chercheuse en Psychologie sociale.  
**Normes sociales et alimentation : je mange  
comme les autres ou pas?****

*L'Organisation Mondiale de la Santé recommande une alimentation diversifiée bien codifiée, mais ses conseils sont souvent peu suivis. La recherche en psychologie du comportement, en prenant appui sur la sociologie des habitudes alimentaires, met en lumière l'influence concrète des normes sociales sur nos comportements.  
Une vision scientifique qui éclaire nos choix individuels*

*d'alimentation pour mieux comprendre ce  
qui les façonne, parfois à notre insu...*