



## Atelier d'alimentation dynamique

### Pratiquer la cuisine anthroposophique du 12 au 16 mars 2012

Comment intégrer concrètement dans la conception et préparation des repas les indications données par Rudolf Steiner et ses continuateurs ?

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'anthroposophie donne un ensemble de pistes pour aller vers une alimentation qui nourrisse le corps et l'âme en stimulant l'esprit.

Ce cours s'adresse principalement aux personnes qui font de la restauration de groupes : fermes avec gîte et restauration à la ferme, cuisiniers dans la restauration collective (restaurants scolaires, de lieux de vie, foyers, hôpitaux, etc.) qui souhaitent découvrir ou approfondir l'alimentation dynamique dans un contexte professionnel.

Il s'agit essentiellement d'un stage pratique dans une cuisine professionnelle accompagné d'exposés et de moments d'échange sur des thèmes allant de l'agriculture à la santé humaine en passant par la nutrition.

### Programme

12 – 16 mars	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
7.30-13.30 avec petit déjeuner et repas de midi		Stage pratique dans les cuisines de <ul style="list-style-type: none"><li>- Sonnenhof (Institut de pédagogie curative)</li><li>- Clinique Lukas (clinique d'orientation anthroposophique)</li><li>- Clinique Ita Wegman (clinique d'orientation anthroposophique)</li></ul>			
15.00 – 16.00	Accueil à la Section d'Agriculture	Visite jardin du Goetheanum	Visite du Goetheanum	Alimentation et santé <i>M. Kassner</i> ( <i>nutritionniste</i> )	<b>14.30-16.00</b> Clôture et synthèse avec les cuisiniers et <i>J.-M. Florin</i>
16.00 – 17.30	L'agriculture biodynamique <i>J.-M. Florin</i> ( <i>codirecteur</i> <i>Section</i> <i>d'agriculture</i> )	L'alimentation dynamique <i>H. Spindler</i> ( <i>chef de cuisine à</i> <i>la Lukasklinik</i> )	Le génie génétique et l'alimentation <i>R. Richter</i> ( <i>biologiste</i> )	Alimentation et santé (suite) <i>M. Kassner</i>	
18.00-19.30	Dîner au Sonnenhof	Dîner au Sonnenhof	18.30 Dîner à la clinique Lukas	18.00-21.00 Buffet de clôture à la clinique Ita Wegman	
20.00	Libre ou Spectacle selon programme du Goetheanum				

**Date : 12 – 16 mars 2012**

**Lieu :** accueil à la Section d'agriculture au Goetheanum, Glashaus, Hügelpweg 59 CH-4143 Dornach  
Stage pratique dans les cuisines de 3 institutions anthroposophiques à Arlesheim (accessible en 15 mn à pied de la Section d'agriculture à Dornach)

**Tarif** pour la semaine (incluant tous les repas) : **CHF 450.--**

**Logement :** à différents tarifs sur place: [zimmer@goetheanum.ch](mailto:zimmer@goetheanum.ch)

**Nombre de places limité à 12 participants maximum pour un échange intensif**

**Information et inscriptions :** [sektion.landwirtschaft@goetheanum.ch](mailto:sektion.landwirtschaft@goetheanum.ch)

Fax +41 61 706 42 15, Tel. +41 61 706 42 12