

Foire aux vins de Colmar

Festival Décibulles

Musique

Spectacles

Cinéma

Pays de Rouffach

La Bonne assiette rempile pour une quatrième édition : pour apprendre à bien manger

Le programme d'animations La Bonne assiette revient au printemps pour une 4^e édition, cette fois-ci à Rouffach. Du 29 avril au 23 juin, le SM4 propose des apéro-conférences et des ateliers cuisine ouverts à tous, en partenariat avec la communauté de communes du Pays de Rouffach, Vignobles et Châteaux.

L'Alsace - 22 avr. 2026 à 15:32 - Temps de lecture : 2 min



Des apéro-conférences et des ateliers pour faire le plein de recettes et d'astuces pratiques pour améliorer son alimentation. Photo DR

Portée depuis 4 ans par le SM4 (syndicat mixte pour le traitement des déchets ménagers du secteur IV, basé à Cernay, qui couvre un territoire allant du Sundgau à Rouffach), l'opération [La Bonne assiette](#) est un cycle d'animations inédit et convivial, avec des apéro-conférences pour décrypter nos croyances sur l'alimentation, des dégustations surprenantes et des ateliers cuisine pour faire le plein de recettes et astuces pratiques. L'objectif de ce programme transversal est de promouvoir une alimentation plus saine et durable, sans compromis sur le coût ni le plaisir.

Des animations gratuites

Les thématiques abordées sont nombreuses : réduction du sucre et des produits industriels, lutte contre le gaspillage alimentaire, cuisine maison et économique ou encore alimentation locale et savoureuse. Conçu par Céline Portal (conférencière spécialiste de l'éco-consommation) avec le SM4, ce programme associe différents partenaires et intervenants locaux. Les ateliers cuisine seront animés par Murielle Higelin (infirmière et naturopathe), Céline Luciani (cheffe cuisinière) et la Maison de la Nature du Vieux Canal à Hirtzfelden, tandis qu'une visite sera proposée à la ferme Édouard Isner à Rouffach.

Après trois éditions réussies sur les secteurs de Thann, [Guebwiller](#) et [Saint-Amarin](#), La Bonne assiette continue sa tournée. L'objectif du SM4 est de proposer un programme de qualité au plus près des habitants de son territoire. Pour ce

Articles les plus lus

Culture - Loisirs

1 Mulhouse. Le bébé propithèque couronné du zoo vedette de « Madagascar en fête » ces 25 et ...

2 Colmar. Stradivarius spolié par les nazis : la controverse sur les origines du violon

3 Thann. Marché de printemps : un rendez-vous toujours plus vert et animé ces 25 et ...

printemps, les locaux de la médiathèque et du service animation jeunesse de Rouffach accueilleront les différents événements. Si les thématiques centrales restent les mêmes à chaque édition, des nouveautés sont toujours à découvrir.

Zoom sur les protéines végétales

Cette année, un zoom sera fait sur les protéines avec une conférence sur le sujet et un atelier autour de la cuisine végétarienne, notamment pour apprendre à cuisiner les protéines végétales. L'approche reste identique : encourager la réduction de la consommation de produits industriels au profit d'une cuisine maison et équilibrée.

Le programme débutera mercredi 29 avril à 18 h 30 avec une conférence sur notre consommation de sucre, qui n'est pas toujours celle qu'on croit. Présentée par Céline Portal, elle sera suivie d'une dégustation de chocolat sans sucre. Les événements sont offerts par le SM4 dans le cadre de ses actions de prévention, et donc gratuites pour les participants. Les places étant limitées, la réservation est obligatoire via le formulaire d'inscription (www.sm4.fr) ou directement auprès du SM4 : contact@sm4.fr ou au 03 89 82 22 50.

Programme et inscriptions [en ligne](#).

Culture - Loisirs

Société



► [Signaler une erreur dans cet article](#)
