ACTION

Accompagner les jeunes de 8 à 16 ans dans la compréhension et l'adoption d'une diversification des protéines

Alimentation et Agriculture Santé-Environnement

Mise à jour de cette page :
09/11/2023

Personne contact

Pauline
Decaillon
Coordinatrice
contact@eco-citoyenntes.fr

Adresse

7 rue du Cougaing
11300 Limoux
France

Consulter la carte des actions

Porteur

- **Eco-citoyennetés**
  11300 Limoux

Descriptif, résumé de l'action ou du projet d'ESE mené

Contexte du projet

Lors d'une enquête réalisée pour la Maison Paysanne de l'Aude, le personnel des cuisines d'un collège avec lequel nous travaillons nous confiait : « *… à l'heure actuelle, on constate plus de gaspillage lors des repas sans viande. (…) Il aurait fallu compléter cette loi par une anticipation pédagogique pour informer les élèves et mettre en place des actions pédagogiques pour les accompagner dans la compréhension des repas sans viande.* »

Le besoin est clairement identifié et l'école, les collèges et les accueils périscolaires sont des lieux où ces questions peuvent être abordées de façon ludique, transversale et émancipatrice. **Nous proposons donc, alors que l'obligation de proposer un menu végétarien par semaine en restauration scolaire a été pérennisée par l'Assemblée nationale, une action de sensibilisation des usagers de la restauration scolaire et de leurs parents aux impacts positifs de cette mesure.**

Nous abordons la question de la diversification des protéines d'un point de vue **sanitaire** (un équilibre entre protéines animales et végétales est considéré comme bénéfique à notre santé), **environnemental** (malgré les controverses à ce sujet, les scientifiques ont démontré qu'une alimentation moins carnée permet de limiter les émissions de gaz à effet de serre) et **économique** (en ce que la consommation de protéines végétales permet un accès moins coûteux à une alimentation équilibrée de qualité, ou bien libère des moyens pour une viande de meilleure qualité, ceci sur un territoire où la précarité financière est fréquente).

Ce projet a été mis en place dans le cadre de l'appel à projet 2021-2022 du Plan Régional Santé Environnement 3.

Objectif général - Accompagner les jeunes de 8 à 16 ans dans la compréhension et l'adoption de la diversification des protéines en les sensibilisant à ses bénéfices en termes de santé et d'environnement.

Objectifs opérationnels

- **Sensibiliser les usagers de la restauration scolaire et de l'accueil périscolaire** de façon à éclairer les choix et informer les comportements alimentaires sur la question des protéines (équilibre protéines animales/végétales, provenance, méthodes de production …)
- **Expérimenter avec plusieurs stratégies pour faire le lien avec le milieu familial** afin de sensibiliser les parents d'élèves aux évolutions de la restauration scolaire, en particulier sur la question

des protéines
- **Privilégier une approche partenariale et participative** et contribuer au développement des compétences, du savoir-faire et de la conscience critique des participants

Déroulé du projet :

1. En milieu scolaire :

- un recueil des représentations et un état des lieux des protéines consommées dans l'établissement
- un cycle d'interventions auprès des élèves :
  - une introduction au projet (recueil des représentations, expériences sensorielles, etc.)
  - un atelier sur les méthodes de production et leurs impacts sanitaires et environnementaux
  - une visite de ferme pratiquant une agriculture respectueuse de l'environnement
  - un atelier cuisine
  - si possible, une séance de restitution

Ce projet s'est déroulé sur 2 années scolaires, auprès de 7 classes.

2. *En milieu périscolaire* : un cycle d'interventions auprès des jeunes :

- une introduction pour appréhender le B.a.-ba. et l'importance d'une alimentation saine et variée et comprendre l'impact de notre assiette sur l'environnement et notre santé
- un atelier de cuisine pour expérimenter avec des produits frais et locaux et avec de nouvelles saveurs
- une à 2 visites de ferme du territoire pratiquant une agriculture respectueuse de l'environnement
- un temps de restitution ouvert aux jeunes et à leur famille afin de découvrir le travail réalisé.

Ce projet périscolaire a eu lieu en année 1 avec deux établissements périscolaires, ce qui a également permis la rencontre et l'échange des professionnels autour du projet. Nous sommes entrain de dérouler une nouvelle fois ce projet périscolaire dans un centre social.

3. *l'élaboration d'outils pour informer et sensibiliser les élèves et leurs parents aux évolutions en cours en restauration scolaire* :

- Cahier de recettes "Merveilleuses légumineuses", rassemblant des fiches-produits de légumineuses et des recettes à base de légumineuses à l'intention du milieu familial. Ce cahier a été co-construit avec les jeunes qui ont ramené des recettes de la maison pour contribuer au cahier.
- 1 affiche à exposer dans les restaurations scolaires indiquant les grandes sources de protéines, le calcul à faire pour connaitre ses besoins en protéines et une partie à remplir par les équipes de cuisine pour indiquer quelles protéines locales sont consommées à la cantine. Cette outil a été pensé pour sensibiliser le public, tout en mettant à contribution les équipes de cuisine pour susciter le questionnement et l'implication.

Galerie

Crédit: **Crédit:** **Crédit:** **Crédit:**

Auteur inconnu	Auteur inconnu	Auteur inconnu	Auteur inconnu
Licence:	**Licence:**	**Licence:**	**Licence:**
CC-by-SA	CC-by-SA	CC-by-SA	CC-by-SA

Les difficultés rencontrées et/ou les réussites à valoriser

Forces du projet

- Le contexte environnemental et sociétal dans lequel apparaît ce projet lui donne du sens auprès des publics. Il répond à une demande réelle. Le public et les équipes éducatives ont manifesté leur enthousiasme tout au long du projet.
- La pédagogie utilisée, permettant l'apprentissage par la pratique, la découverte sensorielle, la sortie dans un nouveau milieu (certaine.es allaient dans une ferme pour la première fois), démontre ses forces et connait une réponse très positive du public et des équipes encadrantes.
- La capacité d'adaptation de ce programme au contexte de chaque établissement et à des publics variés.
- La transversalité quant aux matières scolaires auxquelles le projet se rattache permet l'appropriation du projet par les enseignant.e.s et les équipes de restauration scolaire.
- La dimension conviviale du projet.
- L'aspect partenarial local.
- Le tissage de lien dans la durée avec les équipes scolaires, permettant d'approfondir les thématiques et d'affiner les approches.

Faiblesses

- La difficulté à mobiliser le personnel des cantines dans certains établissements.
- Le manque de disponibilité des infirmier.e.s scolaires ne permet pas de les intégrer au projet. Cela limite l'apport de leur expertise sur les liens entre protéines et santé, en faisant un lien avec l'école, auprès des élèves.
- Les enseignant.e.s sont limités sur la quantité d'heures de classe qu'ils peuvent laisser au projet. Les restitutions ne sont donc pas toujours menées.
- Il est également difficile de faire le lien avec les parents puisque l'idéal serait de les convier à un événement de restitution mais le manque de disponibilité ne permet pas toujours aux enseignant.e.s d'organiser un tel événement.

Informations sur l'action

Publics/participants

— Enfants (7-12 ans)
— Adolescents (13-18 ans)
— Parents
— Professionnels

Publics - précisions:

Le projet a eu lieu dans des établissements scolaires de la primaire au secondaire, ainsi que dans des structures périscolaires (accueil jeunes, MJC et centre social)

Date de réalisation / période de réalisation

— mer 01/09/2021 - 12:00 - dim 31/12/2023 - 12:00

Parties prenantes, partenaires du projet ou de l'action

— Gée Aude
— Explorarium

Financeurs

— DRAAF Occitanie