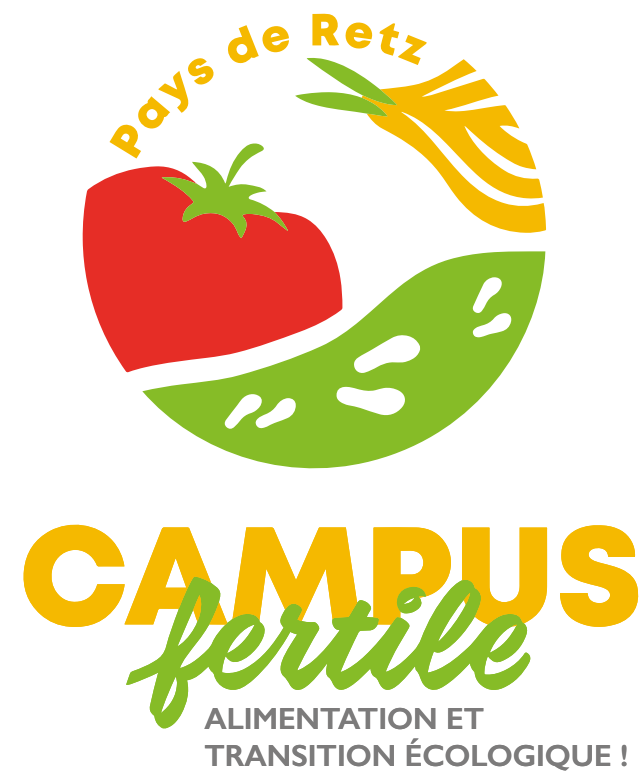


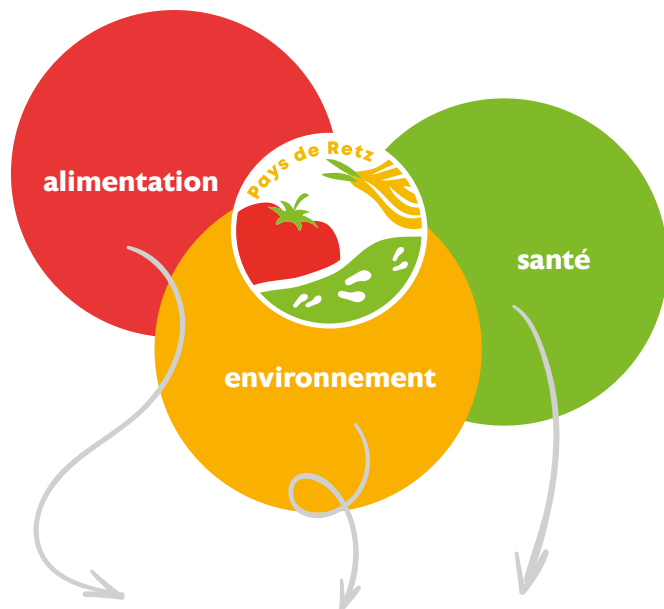


Centres de loisirs
OFFRE ÉDUCATIVE
2024/2025

Association Campus Fertile
Contact : 06 31 37 74 36
campus-fertile44@mailo.com



Notre démarche c'est la transversalité



Objectifs généraux

- Contribuer à l'éducation alimentaire en favorisant la découverte, le développement de la confiance des enfants en leurs capacités de mangeurs et le respect des goûts et préférences de chacun.
- Accompagner les comportements de la jeune génération vers une alimentation plus équilibrée et respectueuse de notre environnement.
- Favoriser la découverte des produits locaux et faire du lien avec les producteurs du territoire
- Prendre conscience que nos choix alimentaires peuvent avoir un impact sur notre santé et sur le climat.
- Favoriser les parcours sensoriels pour partir à la découverte des aliments.
- Lutter contre le gaspillage alimentaire, notamment en développant des ateliers d'éveil au goût.

La cuisine comme support éducatif pour développer des habitudes alimentaires saines et durables

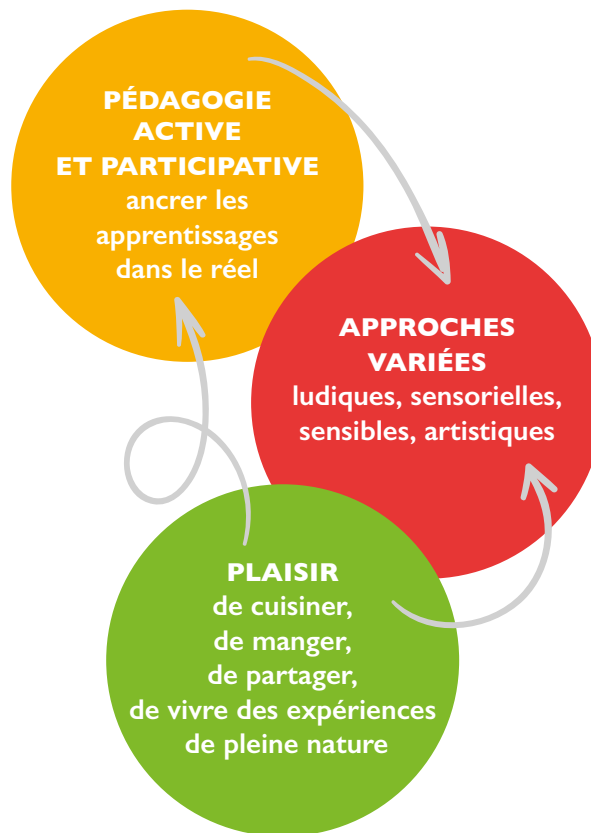
Les ateliers cuisine permettent aux enfants :

- d'apprendre à cuisiner à partir de produits frais, simples et de saison pour développer leurs facultés manuelles et leurs connaissances culinaires utiles toute leur vie,
- de vivre des expériences positives en participant à l'élaboration de recettes et retrouver le plaisir de déguster ce qu'on a cuisiné,

- de développer des compétences transversales en lien avec le programme scolaire (en cuisinant on fait des maths, du français, des sciences),
- de comprendre le lien entre la nature et notamment le potager et être sensibilisé à la saisonnalité des aliments (ateliers récurrents pour ancrer les apprentissages).



Méthode pédagogique



Matériels nécessaires pour les ateliers cuisine :

Tables, accès réfrigérateur, lavabos (si possible accès à un four).

Des fiches recettes seront transmises aux enseignant·e·s

Possibilité d'utiliser votre jardin comme support pédagogique

LIEN AVEC LE PARCOURS ÉDUCATIF DE SANTÉ

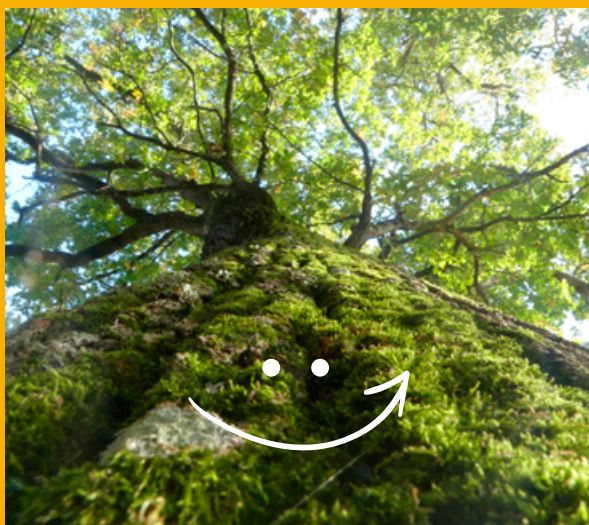
Nos activités d'éducation à l'alimentation s'inscrivent parfaitement dans les objectifs du parcours éducatif de santé des élèves, qui les préparent à prendre soin d'eux-mêmes et des autres, à devenir des citoyens responsables en matière de santé individuelle et collective.

Cette éducation à la santé vise l'acquisition de premiers savoirs et savoir-faire relatifs à une hygiène de vie saine. Elle intègre une première approche des questions nutritionnelles qui peut être liée à une éducation au goût.



Respect du Plan National Nutrition Santé

*Une équipe
éducative
pluridisciplinaire
et un réseau,
au service de
votre projet
pédagogique*



Découvrez nos intervenantes...



Caroline Dailly

Formatrice en
alimentation durable
et animatrice culinaire

J'ai suivi une formation en nutrition au Canada et développé des programmes éducatifs de cuisine santé. De retour en France, je mets mes compétences au service de la transition alimentaire et dans la mise en place d'ateliers cuisine.



Rachel Le Bihan

Diététicienne

Professeur des écoles pendant 21 ans, je suis aujourd'hui diététicienne nutritionniste. Mes compétences pédagogiques développées durant mes années d'enseignement et ma formation en diététique me permettent aujourd'hui de lier la pédagogie et la nutrition dans les ateliers que je propose.



Nathalie Hacques

Médiatrice culturelle,
animatrice ateliers
philosophiques

Bibliothécaire pendant 12 ans, j'ai choisi de poursuivre le partage d'outils culturels grâce à la discussion à visée philosophique. Pour se faire, je me suis formée auprès de l'association SEVE (savoir être et vivre ensemble) créée par Frédéric Lenoir en 2018 et j'anime des ateliers dans différents lieux (médiathèque, écoles et collèges, accueils de loisirs, associations, hôpital, ferme, jardin et au cinéma).



et notre réseau de partenaires

Nous travaillons en complémentarité avec un réseau de partenaires du Pays de Retz pour développer un programme complet au service de votre projet pédagogique.

Un projet d'établissement ? Une activité spécifique ?

N'hésitez pas à nous contacter pour en discuter :

campus-fertile44@mailo.com - 06 31 37 74 36

Tarifs sur devis

Activité I

6-12 ans, 13-15 ans

Durée : 1/2 journée



Pique-nique coopératif, local et de saison



Thèmes abordés

éveil au goût, développement durable, déchets, gaspillage alimentaire, équilibre alimentaire

Objectifs pédagogiques

1. Découvrir une cuisine simple et saine. Prendre plaisir à cuisiner ensemble.
2. Faire découvrir les fruits et légumes de saison, les légumineuses et les produits locaux.
3. Contribuer à l'éveil sensoriel des plus jeunes.
4. Faire participer les parents au défi pique-nique local, de saison et sans déchets (ou presque !).
5. Aborder la notion d'équilibre alimentaire (sur un repas, sur une journée, sur la semaine).
6. Découvrir des acteurs locaux de l'alimentation : boulangers, agriculteurs...

Descriptif

Présentation des aliments en lien avec les saisons et préparation d'un pique-nique de manière collaborative.

Recettes possibles

Tartinades, gâteaux, crudités... en fonction du matériel disponible et des saisons.

Prolongements possibles

Visite de fermes pour découvrir une production locale et découverte du patrimoine naturel à proximité de l'école.

Support

Fiche pratique pour les achats en amont.

Activité 2

3-5 ans, 6-8 ans

Durée : 1/2 journée



5 sens autour de l'alimentation



Thème abordé
éveil aux sens

 *Objectifs
pédagogiques*

1. Aborder l'alimentation par l'approche sensorielle.
2. Décrire ses sensations et acquérir un vocabulaire spécifique.
3. Développer ses aptitudes sensorielles.

Descriptif

Mise en place de 5 ateliers mettant en œuvre chacun des 5 sens.

Support

Fiche pratique visuelle.

Activité 3

10-12 ans, 11-17 ans

Durée : 1/2 journée



Grand jeu sur l'alimentation durable



Thèmes abordés
développement durable,
déchets, gaspillage
alimentaire, produits locaux
et de saison

Objectifs pédagogiques

1. Comprendre les enjeux de l'alimentation durable et les effets de la transition alimentaire.
2. Acquérir des techniques et outils permettant de faire des choix éclairés.
3. Comprendre la simplicité et l'aspect plaisir que peut présenter une alimentation durable.

Descriptif

Comprendre le lien entre l'alimentation, notre santé et celle de la planète au travers d'un grand jeu par ateliers qui reprend les différents enjeux de l'alimentation durable. Jeu en classe ou dans la cantine.

Suggestion de prolongement possible

Visite de ferme.

Activité 4

3-5 ans, 6-12 ans, 13-17 ans

Durée : 1/2 journée



À la découverte des légumineuses, bonnes pour ta santé et pour la planète !



Thèmes abordés

éducation au goût,
alimentation durable,
équilibre alimentaire

Descriptif

Découvrir les légumineuses à travers les 5 sens
et apprendre à les cuisiner.



Objectifs pédagogiques

1. Apprendre les bases d'un repas équilibré.
2. Découvrir des légumineuses (lentilles, pois chiches, haricots secs, pois cassés...).
3. Réaliser une recette illustrant les enjeux de l'alimentation durable.
4. Aborder la notion de diversification alimentaire avec le végétal.
5. Sensibiliser aux apports nutritionnels des légumineuses.
6. Acquérir du vocabulaire.

Selon le cycle, les objectifs sont plus ou moins développés.

Activité 5

3-5 ans, 6-12 ans

Durée : 1/2 journée



À la découverte d'un aliment local



Thèmes abordés

éveil au goût,
développement durable

Objectifs

pédagogiques

1. Découvrir les aliments bruts par l'approche sensorielle.
2. Explorer et comparer différentes variétés d'un même fruit/légume.
3. Préparer différentes recettes et découvrir des aliments crus, en jus, râpé, cuits.
4. Développer du vocabulaire.

Descriptif

Préparation d'une recette à partir d'un aliment choisi et dégustation de cet aliment sous différentes formes des fruits et des légumes (cru, cuit, purée, compote, jus).

Exemples d'aliments à découvrir : les carottes, les pommes, les poires, les courges, les céréales...

Activité 6

3-5 ans, 6-12 ans, 13-17 ans

Durée : 1/2 journée



Mon goûter santé, bon pour moi et la planète !



Thèmes abordés

éveil au goût, développement durable, équilibre alimentaire

Objectifs

pédagogiques

1. Connaître les groupes d'aliments.
2. Dans chacun de ces groupes d'aliments, connaître ceux qui permettent de faire un goûter équilibré.
3. Prendre conscience que nos choix ont un impact sur l'environnement.

Descriptif

Préparer un goûter équilibré par équipe (avec des plateaux à reconstituer).
Apprendre à lire les étiquettes.
Reconnaître un produit ultra transformé.

Déclinaison possible

Mon petit déjeuner santé,
bon pour moi et la planète !

Activité 7

6-12 ans, 13-17 ans

**Durée : un atelier
hebdomadaire pendant
3 semaines**



Les discussions à visée philosophique et citoyenne, pour penser le monde d'aujourd'hui et préparer demain

Objectifs pédagogiques

1. Développer sa pensée critique.
2. Renforcer la pensée autonome et argumentée.
3. Réfléchir ensemble au monde et à notre place et par ce biais, devenir des citoyens plus conscients de ce que nous pouvons commencer à faire

Descriptif

Après l'accueil, la discussion est introduite par un support culturel. Cela peut-être un film, un livre un support iconographique, un conte.

Vient ensuite le temps du débat apaisé dont le but est d'interroger le thème avec la diversité du groupe.

L'atelier philo va permettre de réfléchir à différents sujets en lien et, de par son fonctionnement, son organisation, l'atelier est un temps d'expérimentation du vivre-ensemble avec respect et bienveillance. Avec une ouverture d'esprit qui va nous permettre d'accueillir la parole des autres pour enrichir concrètement notre pensée.

Un programme à construire :

Vous choisissez 2 ou 3 thèmes en lien qui seront étudiés durant 3 semaines, une heure par semaine. Une bibliographie vous permettra d'aller plus loin. À la fin de chaque séance, une synthèse de la discussion vous sera remise. Elle permettra de créer un support de présentation finale (affiches, journal), soit réalisé ensemble, soit avec l'enseignant ou l'animateur à la fin des ateliers.

Quelques exemples de thèmes à la carte (à définir avec vous) :

- Qu'est-ce que la nature ?
- Qu'est-ce que la biodiversité ?
- L'être humain a-t-il des devoirs ?
- La nature a-t-elle des droits ?
- Que signifie bien se nourrir ?
- Les déchets sont-ils utiles ?



“ Réapprendre à cuisiner nous-même des produits cultivés avec soin n'est pas qu'une question de santé : c'est une manière délicieuse et gratifiante de soutenir la biodiversité, le climat et tous ceux qui mettent en place une agriculture durable sur nos territoires.

Gilles Daveau

Ce livret a été conçu par la commission éducation de l'association Campus Fertile en référence aux instructions officielles de l'Éducation Nationale

