

Compétences culinaires et alimentaires

Programmes et ressources

Afin d'encourager l'autonomie alimentaire des jeunes, plusieurs organismes communautaires ont développé des projets qui s'arriment au programme de formation de l'école québécoise ou qui se déploient dans le monde parascolaire.

*Ateliers **Je suis capable***

Se déployant dans les écoles de la MRC de Pierre-De Saurel, les *Ateliers **Je suis capable*** visent les jeunes du primaire et ont pour mission de développer l'estime de soi, l'autonomie et différentes compétences, dont celles de savoir cuisiner ou jardiner. Au fil des activités, les jeunes apprennent à privilégier « des aliments bons au goût, bons pour la santé, à bon prix et si possible, près de chez eux », et ce, en collaboration avec les parents, le personnel scolaire, les intervenants en santé, les municipalités et les producteurs locaux.

Je cuisine à l'école

Grâce à une collaboration entre l'organisme *La Chaudronnée* et le regroupement Lévis en Forme, environ 2 400 élèves profitent d'ateliers culinaires dans leurs écoles primaires et secondaires, de même que dans leurs services de garde. Le projet *Je cuisine à l'école*, soutenu notamment par Québec en Forme, cible de façon universelle les écoles des quartiers de Lévis où l'indice de défavorisation est le plus élevé.

Jeunes Pousses

Jeunes Pousses offre le programme *Un trésor dans mon jardin* qui s'adresse aux enfants fréquentant un service de garde ou une école primaire. L'aménagement d'un potager qui est au cœur de celui-ci amène les enfants à découvrir le plaisir de bien manger en les rapprochant de l'origine des aliments et en aiguissant leur curiosité pour les aliments sains.

La Tablée des Chefs

La **Tablée des Chefs** coordonne notamment les *Ateliers du Frère Toc*, un programme de formation culinaire s'adressant aux jeunes âgés de 12 à 17 ans qui est axé sur le développement de l'autonomie alimentaire. L'organisme déploie aussi le projet des *Brigades culinaires* qui regroupent des jeunes du secondaire pour apprendre à cuisiner et réaliser des défis culinaires dans le cadre de compétitions amicales.

Les Ateliers cinq épices

Les **Ateliers cinq épices** ont développé le Programme d'art culinaire, d'alimentation et de nutrition (PACAN) qui se déploie sur les huit années du primaire (jeunes âgés de 4 à 12 ans) par le projet Petits cuistots/Parents en réseaux (PC-PR). Sous la forme d'ateliers de cuisine-nutrition, les jeunes expérimentent différentes situations d'apprentissage arrimées au Programme de formation de l'école québécoise.

Ces activités sont actuellement offertes à la pièce et déployées uniquement dans certaines écoles et régions du Québec qui en ont fait une priorité d'intervention. La Coalition Poids vous invite à consulter les établissements scolaires et les organismes de votre région pour connaître l'ensemble des initiatives qui s'offrent à vos jeunes.

Veillez noter que cette liste n'est pas exhaustive. Pour nous partager d'autres initiatives similaires, écrivez-nous : info@cqpp.qc.ca.