

L'atelier Jeunesse

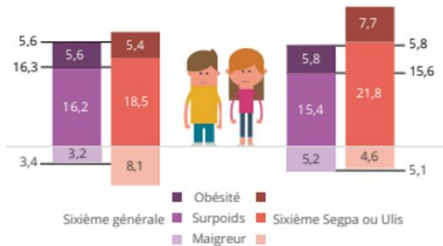
« Ça mijote ! »

Quand les collégiens et leurs parents découvrent ensemble les clés d'une alimentation équilibrée pour prendre soin de leur santé.



DOSSIER DE PRÉSENTATION

L'atelier Ça mijote !



Les progressions de l'obésité et des pathologies liées à une mauvaise alimentation ont imposé la nutrition comme un enjeu de santé publique de premier plan. Les adolescents ne sont pas épargnés par cette évolution et les déséquilibres nutritionnels observés chez les jeunes sont multiples.

L'adolescence est une période marquée par une phase intense de croissance et d'importants changements physiques et psychologiques, entraînant des besoins nutritionnels spécifiques. Par ailleurs, une alimentation adaptée contribue fortement à l'épanouissement des élèves au collège, en améliorant leurs performances scolaires grâce à une meilleure concentration et des capacités cognitives améliorées, tout en favorisant la gestion du stress et le bien-être général.

L'éducation à la santé par l'alimentation vise à promouvoir des comportements alimentaires favorables à la santé tout en prenant en compte le plaisir, la convivialité et la culture. Elle se révèle être un levier fondamental afin de contribuer à la bonne santé de la population.

Le Conseil départemental de la Somme a à sa charge la restauration scolaire des collèges et représente ainsi un acteur important de la prévention à la santé à travers la sensibilisation au bien-manger. En effet, l'article L312-17-3 du code de l'éducation modifié par la loi n°2018-938 du 30 octobre 2018 – art.90 pour l'équilibre des relations commerciales dans le secteur agricole et alimentaire et une alimentation saine, durable et accessible à tous dite loi EGALIM énonce que la restauration scolaire doit assurer l'équilibre alimentaire des repas servis et **contribuer à l'éducation nutritionnelle**. Les repas servis dans ces établissements contribuent à l'éducation nutritionnelle des élèves et doivent être composés d'aliments variés, présentant un intérêt nutritionnel, gustatif et **éducatif**.



L'enjeu de **l'atelier Ça mijote !** est de préserver et améliorer la santé physique et mentale des collégiens et de leur famille via une alimentation équilibrée.

Objectifs de l'atelier :

- **Transmettre** de bonnes habitudes alimentaires / Développer la littératie alimentaire - *capacité des individus à faire des choix alimentaires favorables à la santé dans différents contextes et situations* - des collégiens et de leurs parents.
- **Renforcer** le lien entre les parents et le collège favorisant ainsi la continuité des démarches pédagogiques et la réussite éducative.
- **Valoriser** le travail et l'investissement des équipes de cuisine et la restauration scolaire.



L'atelier Ça mijote !

L'atelier s'effectue sous la forme d'un parcours comprenant **3 temps forts** répartis sur l'année scolaire :

1. Une à trois séances d'éducation à l'alimentation « Bien manger pour être en bonne santé » d'une durée de 1h30 et animée par Juliette LANNEL, pouvant être proposé **à une classe entière**.
2. Un à trois ateliers cuisine pour **6 binômes parents/enfants maximum** d'une durée de 3h comprenant ~30min de présentation du « Bien-manger », des recettes proposées, de l'organisation, des règles d'hygiène +1h30 de pratique en cuisine + ~30min de dégustation.
3. L'invitation des parents au restaurant scolaire, **selon les capacités d'accueil** du restaurant scolaire sur le temps d'un midi ou plusieurs et dans la limite de 50 parents maximum au total.

Ce dispositif est ouvert aux collèges publics du département de la Somme pour les élèves de 6^{ème}, 5^{ème}, 4^{ème} et 3^{ème}, Section d'Enseignement Général et Professionnel Adapté (SEGPA) comprise.

Responsabilité et engagement de l'établissement :

- L'organisation de la prestation est sous la responsabilité du chef d'établissement, y compris dans l'hypothèse d'une délocalisation de la prestation hors des murs du collège.

1 - La séance « Bien manger pour être en bonne santé »

L'objectif de cette séance mise en place dans le cadre de l'atelier Ça mijote ! est de promouvoir l'équilibre alimentaire auprès des collégiens du département, afin de les inciter à changer leurs comportements alimentaires en faveur de leur santé et de leur bien-être.



1 à 3 séances

Séance d'éducation à l'alimentation pouvant s'adresser à une classe de 30 élèves maximum.

Cette séance se déroule sur une durée de 1h30, selon le schéma suivant :

- 15 minutes d'introduction
- 1 heure d'atelier (Exercices sous forme de jeux en lien avec l'équilibre alimentaire)
- 15 minutes de conclusion

Cette séance fait partie intégrante de l'atelier et a pour objectif :

- De présenter et expliquer aux élèves les principes et l'importance d'une alimentation équilibré
- Favoriser une prise de conscience des adolescents concernant l'importance de leurs choix alimentaires
- Faire le lien avec le Programme National de Nutrition Santé (PNNS)
- Valoriser la restauration scolaire (produits locaux, repas équilibré et faits-maison, gaspillage alimentaire, investissement de l'équipe de cuisine...)

Responsabilité et engagement de l'établissement :

- Mise à disposition d'une salle de classe spacieuse avec vidéoprojecteur

2 - L'atelier culinaire parents/enfants



Les ateliers culinaires représentent une opportunité pour les parents de passer un moment convivial, propice à la communication, avec leur enfant tout en participant efficacement à leur éducation à l'alimentation, l'éveil des goûts et la sensibilisation à la santé.

Cet atelier est à la fois original et ludique mais lourd de sens car il a avant tout une vocation didactique. En effet, l'objectif est de transmettre les bases de l'équilibre alimentaire et du savoir-faire en cuisine. Des recettes saines présentant un intérêt pour la santé, faciles, rapides et accessibles à tous font l'objet de cette animation afin de donner l'envie aux parents de cuisiner eux-mêmes. Chacun des ateliers est l'occasion de sensibiliser aux risques d'une consommation excessive de produits industriels et à l'importance du fait-maison et de la saisonnalité dans un cadre créatif et bienveillant.

1 à 3 ateliers

Format de l'atelier pour 6 binômes parents/enfants volontaires

Un atelier culinaire se déroule **sur un créneau de 3h** et respectera le schéma suivant :

- 30min accueil café des parents
- 30min de présentation du « Bien-manger », des recettes proposées et de leurs intérêts pour la santé, de l'organisation et des règles d'hygiène à respecter.
- 1h30 de pratique en cuisine (réalisation des recettes + nettoyage et rangement du matériel)
- 30min de dégustation, échanges, retours d'expérience + remise du livret « Santé et Plaisir au menu + « goodies » (stylo, petit fouet, spatule...) selon disponibilité des articles.

Responsabilité et engagement de l'établissement :

- Mise à disposition de la cuisine de production ou pédagogique, du matériel et des ustensiles.
- Présence obligatoire du chef de cuisine et d'au moins un autre membre de l'équipe de cuisine (second ou aide de cuisine)
- L'envoi des invitations et la collecte des réponses sont gérés par l'établissement selon l'organisation proposée. Les données devront être transmises à l'intervenante pour finaliser l'organisation des ateliers.

Engagement de la structure intervenante :

- Les denrées alimentaires seront achetées et apportées le jour de l'atelier par l'intervenante sur la base des besoins définis avec le chef de cuisine de l'établissement. Le coût des denrées est pris en charge par la Direction de la Jeunesse et des Collèges entrant dans le budget prévu pour le projet « Ça mijote ! ».
- Impression et mise à disposition des supports d'information : fiches recettes, livret règles d'hygiène, livret d'accueil, invitation...

3 - L'invitation des parents au restaurant scolaire



Les parents d'élèves sont invités à partager un repas dans le restaurant scolaire du collège dans lequel leur enfant est scolarisé. L'objectif est de renforcer le lien entre les parents d'élèves et le collège et de mettre en lumière les réalisations de l'équipe de cuisine. En effet, la représentation qu'ont les parents de la restauration scolaire est dans la plupart des cas négative et éloignée de la réalité. Certains parents pensent parfois que les plats arrivent tout prêts, que les légumes sont systématiquement

en boîte de conserve ou surgelés... Or, ces dernières années, un travail collaboratif notamment entre le Département et la Chambre d'agriculture a été mené. Le fait-maison et les produits locaux ont une place de grande importance dans les cuisines des restaurants scolaires. Ainsi, les repas préparés sont de qualité et réalisés à partir de produits bruts et locaux dans la majorité des cas.

Inviter les parents d'élèves à venir manger au restaurant scolaire permet alors de valoriser la progression faite concernant la qualité des repas. Cette démarche vise également à faire preuve de transparence envers les parents concernant la restauration. Il s'agit d'un critère indispensable afin de tisser un lien de confiance avec l'établissement scolaire.

Invitation sur le temps du midi pour plusieurs parents dont le nombre sera à définir en fonction des capacités d'accueil de l'établissement et dans la limite de 50 invitations maximum.

Afin de mener à bien cette action, une réunion entre le Principal, le secrétaire général et l'équipe de cuisine est nécessaire pour définir le nombre de parents conviés (selon les capacités d'accueil du réfectoire et la charge de travail en cuisine), les modalités d'invitation et l'organisation.

Responsabilité et engagement de l'établissement :

- L'envoi des invitations et la collecte des réponses sont gérés par l'établissement. Un devis avec le nombre de parents inscrit devra être envoyé à la DJC.

Engagement de la structure intervenante :

- Les parents d'élèves sont invités gratuitement à découvrir la restauration scolaire, le coût de l'ensemble des repas est pris en charge par la Direction de la Jeunesse et des Collèges entrant dans le budget prévu pour le projet « Ça mijote ! ». Un devis de prise en charge des repas des parents d'élèves sera demandé afin de générer un bon de commande. La facture est ensuite déposée sur la plateforme Chorus par l'établissement scolaire afin que les coûts des repas soient pris en charge par le budget prévu.

Caractéristiques d'un projet et sélection des candidatures

Critères de recevabilité

Public cible

Ça mijote ! s'adresse, selon l'action, soit à des classes entières pour la séance d'éducation à l'alimentation, soit à des binômes parents/élèves volontaires pour l'atelier cuisine (dans la limite de 6 binômes par atelier cuisine) de 6^{ème}, 5^{ème}, 4^{ème} ou 3^{ème} des collèges publics su département de la Somme, SEGPA comprise.

Période de réalisation de l'atelier

Le projet doit se dérouler sur le temps scolaire durant l'année scolaire 2026/2027, entre le mois de septembre 2026 et le mois de juin 2027 au plus tard.

Critères de sélection des candidatures

Les candidatures sont sélectionnées par le pôle restauration composé de Madame Natacha VALLÉE, responsable du pôle, Messieurs Nicolas RICOUART et Emmanuel VAILLANT, coordinateurs restauration, Madame Juliette LANNEL, cheffe de projet en Alimentation et Santé ainsi que l'équipe de chefs mobiles.

Le comité technique retiendra les projets :

- qui s'inscrivent en articulation avec l'approvisionnement en produits locaux et le fait-maison au restaurant scolaire ;
- exprime la motivation et les attentes au regard de l'atelier

Il veille également à ce que les conditions d'accueil d'un atelier soient prévues, notamment :

- la préparation concertée, en amont du projet, entre le prestataire, Juliette LANNEL, et les équipes associées au projet, notamment l'équipe de cuisine, pour en déterminer les objectifs, les modalités de mise en œuvre et d'évaluation ;
- la mise à disposition la cuisine de production ou de la cuisine pédagogique et de son matériel pour l'atelier culinaire.
- la mise à disposition des places dans le réfectoire pour accueillir des parents sur le temps d'un ou plusieurs midis.
- La présence obligatoire, lors de l'atelier culinaire, du chef de cuisine et de, au moins, un autre membre de l'équipe de cuisine (second ou aide).
- l'engagement de l'établissement à diffuser l'invitation au restaurant scolaire aux parents
- l'engagement à transmettre, dans les deux semaines suivant la fin de l'atelier, la "fiche-bilan" au Département – Direction de la jeunesse et des collèges – pôle restauration.

L'atelier Ça mijote !

Si le nombre de candidatures déposées et ayant obtenu un avis favorable dépasse les capacités d'intervention du prestataire, le pôle restauration favorisera les projets selon les critères suivants, par ordre de priorité :

1. les établissements n'ayant pas bénéficié d'un atelier « Ça mijote ! », les 3 dernières années scolaires précédentes ;
2. les établissements présentant un indice de position sociale (IPS) défavorable,
3. l'ordre chronologique d'arrivée des dossiers de candidatures.

Sauf si des places restaient disponibles, une seule candidature par établissement à l'atelier « Ça mijote ! » pourra être retenue.

Marche à suivre pour « mijoter » ensemble !

Modalités de candidature

Le dossier de candidature est à envoyer, dûment complété et signé par voie électronique, à l'adresse suivante : jlannel@somme.fr pour le **2 octobre 2026 au plus tard**.

Un accusé de réception sera adressé à l'établissement porteur du projet. Le Département s'efforcera d'informer le collège des suites données à la demande dans le mois suivant la date limite de dépôt de dossier.

Toute communication sera envoyée par courriel au porteur du projet. Il est donc primordial que les adresses courriels soient correctement orthographiées et consultées régulièrement. Les transferts de documents (dossiers, bilans...) se font également par voie électronique, sous format dématérialisé. Les pages comportant une signature doivent être envoyées scannées.

Suivi et évaluation du projet

Dans les deux semaines suivant la fin de l'atelier, l'établissement devra transmettre au Département, par courriel à l'adresse jlannel@somme.fr, un bilan qualitatif du projet mis en œuvre.

Un document type sera mis à la disposition des établissements retenus.

Personnes ressources

Conseil départemental de la Somme

Juliette LANNEL, cheffe de projet en Alimentation et Santé

jlannel@somme.fr