

Association « la p'tite casserole dans la montagne »

cuisine végétarienne et végétale
naturelle et biologique ...
créative et innovante

Mesdames, Messieurs,

"La p'tite casserole dans la montagne » a le plaisir de vous présenter son cycle d'animations.

- Les animations "**En tout sens**" sont spécifiquement adaptées aux **classes des Cycle 1**.
Découvrir et affûter nos sens grâce aux aliments, voici les objectifs principaux de ces 5 ateliers.
La classe se transforme alors en laboratoire des sens ...
Un atelier : c'est un sens abordé et une animation en trois temps (une histoire pour susciter l'enthousiasme et introduire le sujet, des jeux d'expérience directe et une oeuvre collective pour laisser des traces ...)
Il s'agit de permettre aux enfants de distinguer les capacités spécifiques à chaque sens, d'identifier le rôle des organes du corps humain et d'acquérir du vocabulaire.
L'occasion aussi de découvrir les familles d'aliments (fruits, légumes, céréales , légumineuses, ...).
De plus, ce thème permet d'appréhender la notion d'équilibre et d'hygiène alimentaire.
- L'animation "**le Haut Jura dans l'assiette** "
est conçue pour les **classes de Cycle 3 et de Collège**.

En classe, nous aborderons le thème de l'alimentation et des productions disponibles sur notre territoire.

La première séance est vécu autour du jeu « Ah! Quelle saison » qui permet de déterminer la saison de récolte et de consommation de fruits et de légumes et d'établir une liste des légumes disponibles sur notre territoire. Une façon ludique de poser les bonnes bases pour les ateliers futurs !

Ainsi, nous pourrons affûter notre sens du goût lors de la séance « découverte de saveurs » et aborder la notion d'agriculture biologique et locale.

Pour finir notre voyage commun autour de l'alimentation, produisons un repas complet de saison à partager.

L'occasion pour chacun avec ses connaissances et son vécu, de créer, de goûter et faire goûter le fruit de son travail. Se nourrir c'est aussi se réaliser et devenir un futur « consom'acteur ».

Nous nous tenons à votre disposition pour tous renseignements complémentaires et aides au montage de votre projet.

Anne Sophie DELVAUX,
animatrice de l'association

Association « la p'tite casserole dans la montagne »

5 le Rocheret 39460 Foncine le haut

03 84 51 95 78

www.laptitecasserole.co m

"Le Haut JURA dans l'ASSIETTE"

Animation Cycle 3 et Collège

L'association « la p'tite casserole dans la montagne » a choisi de travailler autour d'un thème d'actualité : l'alimentation, les aliments et l'enfant. Elle a mis en place un cycle de trois animations à destination des élèves de primaire de cycle 3 et de collège où chacun, avec ses connaissances, ses envies et son désir d'apprendre, pourra développer ses réflexions sur son alimentation.

L'association choisit ainsi de travailler avec les producteurs locaux proposant des légumes, fruits, fromages et autres aliments.

Aujourd'hui, le sujet de l'alimentation saine et naturelle est abordé comme un « phénomène de mode ». Nous souhaitons aller plus loin dans la réflexion en défendant une agriculture paysanne locale.

Il s'agit donc, en premier lieu, d'apprendre et de faire comprendre que nous avons à disposition sur notre territoire des productions issues d'une agriculture respectueuse de notre environnement et que les étales des supermarchés faussent nos connaissances en offrant toute l'année les mêmes fruits et légumes formatés.

Les objectifs généraux de l'animation "Le Haut JURA dans l'ASSIETTE"

- * connaître et utiliser les fruits et légumes en fonction de la saison de récolte
- * découvrir la production du territoire du Haut Jura
- * offrir un « bagage » de connaissances
- * appréhender la notion d'équilibre et d'hygiène alimentaire (par le respect des saisons)
- * faire découvrir les différentes familles d'aliments
- * promouvoir l'initiative culinaire et la créativité
- * faire ensemble dans la convivialité et favoriser la coopération
- * mener à terme une recette, un projet

Le projet "**Le Haut JURA dans l'ASSIETTE**" trouve sa place dans presque toutes les matières enseignées en primaire Cycle 3 et en collège.

Les ateliers permettront de mettre en pratique des connaissances apprises en classe, de les rendre vivantes et ludiques (autrement que par les exercices classiques) et enfin les évaluer.

La notion de «**savoir faire**» est largement présente : utiliser des outils tranchants et les manier à bon escient, associer les aliments en fonction du goût, de leur couleur, associer les épices, les condiments, s'organiser en toute sécurité, **mener à bien ses objectifs et enfin, être satisfait de soi et de ses actions.**

Nous estimons qu'acheter ses ingrédients, préparer, couper, râper, cuire, assaisonner,... goûter et faire goûter le fruit de son travail c'est aussi se réaliser, être reconnu des autres et prendre confiance en soi.

Une Pédagogie écocitoyenne

Il existe bien évidemment dans ce projet la notion de Pédagogie écocitoyenne .

Faire la cuisine soi-même, c'est ne pas acheter du «tout fait», donc consommer mieux et dépenser moins. Devenir un citoyen/consommateur averti.

C'est aussi gagner de la confiance en soi et prendre le recul nécessaire par rapport au marché de l'alimentaire et aux sollicitations de la publicité.

C'est enfin apprendre à consommer intelligemment, par exemple en utilisant des produits locaux non transformés, des produits en vrac peu emballés,...

Les objectifs à long terme

Il s'agit de susciter, chez **l'enfant et sa famille**, de nouvelles réflexions sur :

- * notre place dans l'environnement
- * la responsabilité « à remplir notre assiette »
- * l'évidente relation « alimentation – santé »

Notre projet veut faire comprendre, en ayant un discours juste et adapté, que s'alimenter est un acte qui a d'énormes conséquences sur notre environnement et sur le contexte socio économique de notre territoire.

Déroulement des ateliers

La première séance est vécu autour du jeu « Ah! Quelle saison »qui permet de déterminer la saison de récolte et de consommation de fruits et de légumes et d'établir une liste des légumes disponibles sur notre territoire. Une façon ludique de poser les bonnes bases pour les ateliers futurs !

Ainsi, nous pourrons affûter notre sens du goût lors de la séance « découverte de saveurs » et aborder la notion d'agriculture biologique et locale.

Pour finir notre voyage commun autour de l'alimentation, produisons un repas complet de saison à partager. L'occasion pour chacun avec ses connaissances et son vécu, de créer, de goûter et faire goûter le fruit de son travail. Se nourrir c'est aussi se réaliser et devenir un futur « consom'acteur ».

Temps d'animation : 2h00 environ

Temps global de présence : 2h45 heures environ

L'animatrice arrive environ 30 mn avant le début des activités.

Tarif :170 Euros les deux premiers ateliers

200 Euros le troisième atelier plus suppléments ingrédients

La prestation comprend :

- *le temps de préparation, d'animation et de rangement.
- *l'apport de tous les aliments, du matériel d'animation et des documents à destination des élèves.
- * les frais de déplacement

Association « la p'tite casserole dans la montagne »

5 le Rocheret 39460 Foncine le haut

03 84 51 95 78

www.laptitecasserole.com