

# Les Petits Cuistots



Les Petits Cuistots sont des ateliers de cuisine-nutrition qui se déroulent dans les écoles primaires des Îles. D'un point de vue éducatif et pédagogique, il est souhaité que les jeunes s'approprient des techniques culinaires simples, fassent des liens entre les notions académiques apprises en classe et puissent développer le goût de cuisiner des aliments sains. Il est donc espéré que les connaissances acquises soient pratiquées à la maison dans l'élaboration des repas.

## UNE COMMUNAUTÉ ENTIÈRE MOBILISÉE

- **DES ENSEIGNANTS** qui consacrent temps et énergie à enseigner la pédagogie reliée aux ateliers de cuisine-nutrition.
- **DES ADULTES-BÉNÉVOLES** qui viennent aider les enfants pendant les ateliers.
- **UN PROJET** qui lie les secteurs bioalimentaire, communautaire et de l'éducation autour d'une même cause.

## DEPUIS 2014

Plus de **750 ÉLÈVES** ont participé aux ateliers Petits Cuistots

...  
**598 ATELIERS** ont été animés

...  
En moyenne, **5 PARENTS-BÉNÉVOLES** sont présents par atelier

...  
Les **5 ÉCOLES PRIMAIRES** du Centre de services scolaire des Îles participent aux ateliers

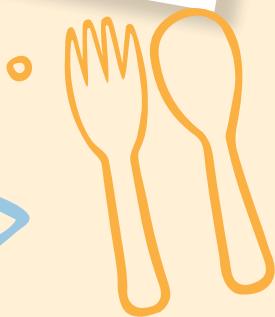
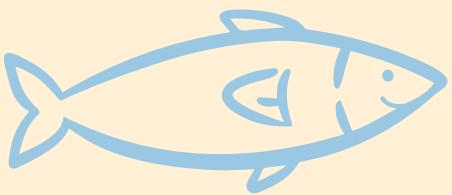
...  
Les ateliers sont offerts pendant les 8 années du parcours primaire des élèves (dès la maternelle 4 ans)

## Les THÈMES abordés

- Les bases de la cuisine
- Les aliments et leurs effets sur le corps humain
- L'alimentation locale
- La géographie
- Les sciences naturelles
- La santé et bien-être
- La consommation responsable



NayMa  
6<sup>e</sup> année



## Depuis la maternelle, Nayma, 6<sup>e</sup> année de l'école Saint-Pierre de Lavernière, a ...

- assisté à 29 ateliers de cuisine;
- reproduit à la maison 18 des 29 recettes apprises pendant les ateliers;
- goûté 3 fois à chacune des nouvelles recettes (donc, elle a pris 87 bouchées de dégustation);
- mesuré, calculé et divisé des ingrédients pour faire ses recettes;
- appris et appliqué des notions de sciences, de géographie, d'histoire et d'éducation à la santé;
- invité 5 adultes significatifs pour elle à venir cuisiner à l'école;
- compris l'importance d'une méthodologie de travail et du travail de coopération;
- visité 4 fermes de producteurs des Îles.

## Les EFFETS du projet

Changements observés chez les enfants par leurs parents depuis qu'ils participent aux Petits Cuistots



L'enfant est davantage intéressé aux aliments et aux plats cuisinés à la maison



L'enfant est curieux de goûter à de nouveaux aliments



L'enfant veut davantage participer à la préparation des repas

