



PROGRAMME DE PREVENTION CROQ'SANTE

Qu'est-ce que CROQ'SANTE ?

C'est un programme d'éducation nutritionnelle où une classe va créer une recette équilibrée (ou ré-adapter une recette existante) en passant par différentes étapes, permettant de découvrir les aliments et acteurs de la chaîne alimentaire, comprendre la nutrition, cuisiner et goûter de nouvelles saveurs. Une mascotte représente le programme.



Découvrir

Inventer

Cuisiner

Goûter

Un outil emblématique, la cuisine pédagogique d'Antéïa, un lieu pour :

- Créer et apprendre, où les jeunes réalisent les recettes qu'ils ont inventées ;
- Valoriser le travail réalisé par les jeunes, grâce à des captations vidéos présentant leurs réalisations ;
- Créer des outils supplémentaires dans le programme, où des professionnels de la restauration donneront leurs astuces culinaires à travers de courtes vidéos à partager.

Comment fonctionne le programme ?



Une classe ou un groupe d'enfants crée une recette sur le thème de leur choix (ou revisite une recette existante) en explorant les différentes facettes de leur idée de base et en réalisant des défis avec leur entourage pour valider chaque étape : chaque étape franchie permet de faire évoluer leur mascotte en fonction de leurs réalisations, chaque groupe obtenant au final une mascotte représentant le programme réalisé.



Pourquoi un programme d'éducation nutritionnelle ?

L'INCA estime qu'adopter un mode de vie correspondant aux recommandations nutritionnelles pourrait permettre de prévenir l'apparition de 70 000 cas de nouveaux cancers par an (INCA, Décembre 2019), ces recommandations nutritionnelles incluant l'alcool, l'activité physique, le surpoids/obésité et l'alimentation déséquilibrée.



Le programme CROQ'SANTE, c'est :

Un programme construit par des professionnels de l'éducation pour la santé pour les jeunes de 8 à 11 ans.

...Pour augmenter les compétences de tous les jeunes : basé sur la littératie alimentaire, permettant de prendre en compte les inégalités sociales de santé

...qui implique les parents et l'entourage des jeunes, grâce aux défis à réaliser à chaque étape

... et qui mobilise les acteurs locaux, grâce à des partenariats et rencontres avec différents acteurs de la chaîne alimentaire.

