

## FICHE PROJET

### ATELIERS CULINAIRES

#### 1. Constat

*Nous accueillons des jeunes adultes âgés entre 17 et 25 ans inscrits dans une démarche d'insertion sociale et professionnelle. Nous constatons que lors du repas du midi la plupart d'entre eux déjeunent avec des produits achetés dans le snack en bas de l'école ou ne prennent aucun repas car ils n'ont pas les moyens de cuisiner. Pour certains d'entre eux il s'agit d'une habitude alimentaire non recommandée par les professionnels de santé et pour d'autres une méconnaissance des bases culinaires avec des produits sains et à moindre coût.*

*Nous observons les conséquences néfastes de cette mauvaise alimentation dans l'insertion sociale et professionnelle des stagiaires de l'E2C : obésité, carence alimentaire, déconcentration lors des ateliers, manque de confiance en soi et inadaptation professionnelle....*

*Dans le cadre de l'atelier hygiène alimentaire en Vie Economie et Sociale, nous abordons avec les stagiaires les notions de l'équilibre alimentaire et leur conséquence sur leur santé. Nous partons de leurs savoirs de base et essayons de leur faire prendre conscience de leur rôle « d'acteur actif » dans ses changements d'habitude alimentaire. Aussi joindre la pratique à la théorie permettra de consolider les acquis.*

## 2. Objectif général du projet et objectifs opérationnels

*Un atelier culinaire encadré par des chefs professionnels permettra à des jeunes adultes d'acquérir les bases culinaires pour développer une autonomie alimentaire saine et équilibrée.*

- *Participation à un atelier culinaire dans une cuisine professionnelle.*
- *Elaboration d'un menu équilibré avec des produits frais et à moindre coût.*
- *Encadrement par un chef professionnel et partage d'un savoir-faire*
- *Découverte gustative et expérience culinaire*
- *Apprentissage des principes d'une alimentation saine et équilibrée*
- *Découverte du métier et de la vocation professionnelle*
- *Gestion budgétaire*
- *Acquisition de compétences culinaires, autonomie alimentaire et confiance en soi*

## 3. Moyens

*Matériel :*

- *Cuisine équipée mise à disposition par le CSC Marcel DALENS de la ville de Chelles*
- *Matières premières fournies par « la Tablée des Chefs »*

*Humains :*

- *10 participants à chaque atelier culinaire dont des stagiaires de l'E2C et des adhérents du CSC*
- *Mise à disposition de Chefs professionnels par « la Tablée des Chefs »*
- *Un formateur de l'E2C*

## 4. Partenaire

- *La ville de Chelles et le Centre socioculturel Marcel DALENS*
- *L'association « la Tablée des Chefs »*
- *L'INPES (documentation)*

## 5. Plan de mise en œuvre

*« La Tablée des Chefs » propose des ateliers culinaires à destination d'un public jeune fragilisé qui lui permettra d'acquérir une autonomie alimentaire. Ces ateliers sont animés par des chefs professionnels dans une cuisine équipée mise à disposition par le Centre socioculturel Marcel DALENS de la ville de Chelles.*

*Une dizaine de participants suivront cet atelier culinaire : les stagiaires de l'E2C et des jeunes adhérents du CSC. Cette action s'inscrit dans un atelier d'hygiène alimentaire abordé en Vie Economique et Sociale et chaque stagiaire vivra une fois cette expérience lors de son parcours de sa formation.*

## 6. Chronologie / planification principale

*L'atelier culinaire sera réalisé à chaque rentrée d'une nouvelle promotion à l'E2C soit environ une fois par mois au cours de l'année civile (excepté au mois d'août). Il se déroulera de 10h à 12h (jour à déterminer). Les participants pourront partager le repas du midi autour de leur création culinaire.*

*L'action commencera dès septembre 2018 et prendra fin au mois de juillet 2019. 10 ateliers culinaires sont à prévoir.*

## 7. Evaluation

*A chaque fin d'année, une évaluation sera faite sur le projet.*

*Elle prendra en compte :*

- Le nombre de participants à chaque action et l'évolution de ce nombre sur l'année*
- Le compte-rendu quantitatif et qualitatif de chaque atelier*
- Les remarques et les propositions des participants ainsi que celles des chefs professionnels*

*Un questionnaire de satisfaction sera donné à chaque participant.*

*Un bilan complet de l'action sur l'année sera réalisé avec la fréquentation, les critères de satisfaction et les axes d'amélioration en cas de renouvellement de l'action.*

## 8. Transversalité et Approche par compétence

*L'atelier culinaire s'inscrit dans l'approche par compétence de la façon suivante :*

*En mathématique :* Mobiliser les règles de calcul et de raisonnement

- *Conversion d'unité de mesure (masse et capacité)*
- *Les 4 opérations de base des nombres entiers et décimaux*
- *Utilisation des pourcentages / proportionnalité*
- *Calcul mental*
- *Estimer le temps nécessaire pour conduire une action (cuisson des aliments par exemple)*

*En français :* Communiquer à l'oral et à l'écrit

- *Traiter les informations orales et écrites : à partir d'une recette par exemple*
- *Transmettre l'information à l'oral et à l'écrit : restituer la recette dans un livre de cuisine*
- *Echanger oralement et à l'écrit avec autrui : Exécuter les consignes demandées*

*En informatique :* Utiliser les techniques usuelles de l'information et de la communication numérique

- *Se repérer dans l'univers numérique : utilisation de la bureautique (Excel, Word)*
- *Utiliser le numérique dans ses pratiques de la vie courante : retranscrire une recette de cuisine sur un support numérique.*

*En Projet professionnel :* Agir dans son environnement et au travail

- *Repérer les règles en vigueur dans son environnement : suivre le protocole*
- *Agir en toute sécurité : respecter les règles de sécurité dans une cuisine*

*: Apprendre tout au long de la vie*

- *Identifier ses acquis :*
- *Entretenir ses acquis*

*: Préparer son avenir professionnel*

- *Formuler des objectifs personnels et/ou professionnels : découverte des métiers en lien avec la cuisine*

*: Agir dans le cadre d'un collectif*

- *Identifier les règles du collectif et adapter son comportement au collectif*

En connaissance du monde contemporain : Participer à des activités culturelles

- Diversifier ses pratiques culturelles : s'ouvrir en accédant à la culture culinaire
- Partager une expérience sociale avec un groupe

En Vie économique et sociale : devenir un acteur social et acquérir de l'autonomie

- Acquérir des connaissances en termes d'hygiène alimentaire
- Adopter un comportement alimentaire adapté à la vie professionnelle

## 9. Devis

50 €/ateliers

10 ateliers/an soit 500€ pour l'année 2018-2019.