

La santé dans l'assiette : les collégiens initiés aux bonnes pratiques

Les mardi 15, mercredi 16 et jeudi 17 octobre s'est déroulée la 5^e édition des journées Alimentation Collèges, manifestations pédagogiques dédiées à l'alimentation et destinées aux collégiens de Loir-et-Cher. À l'invitation du conseil départemental et de la [Société Départementale d'Agriculture \(SDA41\)](#), plus de 950 élèves de 6^e de dix établissements¹ ont découvert, à la salle des fêtes de Saint-Sulpice-de-Pommeray, les produits locaux et les bases de l'alimentation auprès de professionnels du secteur agricole.

Depuis 2019, les Journées Alimentation Collèges suscitent un réel engouement dans les établissements et permettent aux élèves d'appréhender la transformation des produits alimentaires et agricoles. Dans la peau de chefs cuisiniers durant quelques heures, les collégiens s'impliquent et prennent conscience de l'origine agricole des aliments et de la diversité des exploitations.

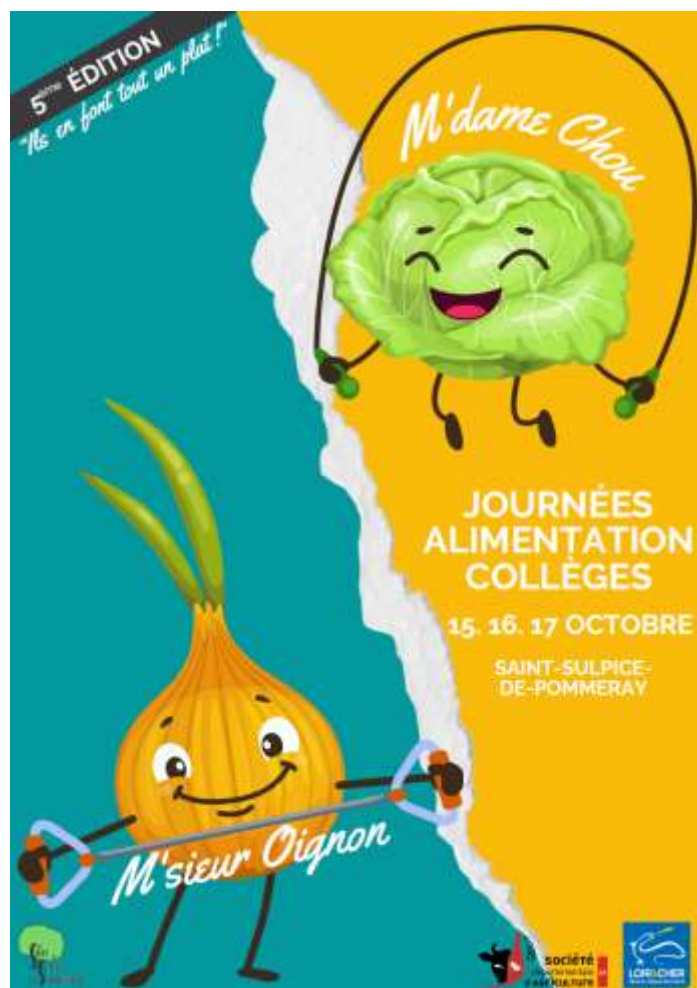
Dans le cadre de son Plan [Le 41 en bonne santé](#), le conseil départemental du Loir-et-Cher s'est fixé pour objectif d'initier les collégiens aux bonnes pratiques alimentaires afin de limiter les consultations auprès de diététiciens nutritionnistes.

« Une bonne alimentation joue un rôle essentiel sur notre santé. Les aliments apportent l'énergie nécessaire au bon fonctionnement de notre organisme et permettent le développement harmonieux du corps comme de l'esprit. C'est pourquoi il est essentiel d'être sensibilisé à ce que l'on mange, tant en termes de qualité que de quantité. » rappelle Philippe Gouet, président du conseil départemental.

S'inscrivant dans le thème de « l'alimentation humaine » enseigné dans le programme de sciences et vie de la terre du niveau de 6^e, ces journées proposent des ateliers pédagogiques immersifs au cours desquels les élèves, encadrés par des professionnels, producteurs, anciens professionnels du secteur, bénévoles passionnés et de chefs de cuisine d'établissements du département, fabriquent des madeleines, des pâtes, des sablés et prépareront de la soupe et des salades de fruits.

Ces ateliers pratiques ont pour objectif :

- la découverte des céréales utilisées dans la fabrication des pâtes et cultivées localement ainsi que la compréhension de la chaîne de fabrication des pâtes, du champ à l'assiette ;



¹ Collèges Saint-Julien de Montoire, Notre-Dame de Romorantin-Lanthenay, Robert-Lasneau de Vendôme, Sainte-Marie de Blois, Alphonse-Karr de Mondoubleau, Marcel-Carné de Vineuil, Joseph-Paul-Boncour de Saint-Aignan, Notre-Dame Saint-Joseph de Mer, Saint-Georges de Salbris, Le Prieuré de Sambin.

- le rappel de ce que sont les mammifères, les caractéristiques du vivant, les principes de la reproduction et le fonctionnement des organismes vivants ;
- la découverte de la production de lait par la vache, des cinq produits laitiers principaux et leur fabrication ;
- la découverte de la diversité d'aspect, de texture et d'arôme des fruits et légumes frais, qu'ils soient connus ou méconnus ;
- l'incitation à la consommation de fruits frais, notamment lors des récréations ;
- la collaboration et le partage en équipe ;
- et, surtout, la valorisation des filières de proximité, l'éveil et l'entretien de la curiosité des collégiens.



Une thématique a porté sur la transformation de lait en crème et beurre, la fabrication de miel, la production et la dégustation de fromages de chèvre ainsi que la confection, sous la houlette d'un traiteur, d'un repas local et durable. Ce dernier a fait l'objet d'un pique-nique au cours duquel les producteurs locaux ont été mis en valeur.

La nouveauté de cette année a résidé dans la dégustation de viandes locales – Bœuf Label Rouge, Poulet de l'Orléanais, Agneau de Sologne ...) – cuites à la Plancha afin de promouvoir les filières régionales.

Les partenaires professionnels historiques de cette opération non ouverte au public sont la [Chambre d'agriculture de Loir-et-Cher](#), la [Mutuelle Sociale Agricole](#), le [syndicat des apiculteurs de Loir-et-Cher](#), la [Ferme du Chat Blanc](#), [Interfef : l'Interprofession des fruits et légumes frais](#), [OSA Centre](#), la [ferme de la Guilbardière](#), et la [commune de Saint-Sulpice-de-Pommeray](#) sans oublier des producteurs de fromages de chèvres locaux.

« Le conseil départemental de Loir-et-Cher s'engage à promouvoir une alimentation saine et équilibrée dans les collèges. Ces journées d'alimentation sont l'occasion idéale pour sensibiliser nos jeunes à l'importance de bien manger, tout en mettant en avant les produits locaux et les circuits courts. Nous croyons fermement que l'éducation alimentaire est un pilier essentiel pour la santé et le bien-être de nos élèves. » conclut Philippe Gouet.