

La santé dans l'assiette :

les collégiens initiés aux bonnes pratiques

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. Ainsi, des ateliers et animations pédagogiques sont organisés par le conseil départemental et la [Société Départementale d'Agriculture \(SDA41\)](#) en partenariat avec l'interprofession des fruits et légumes frais ([Interfel](#)) dans plusieurs collèges du territoire.

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. Mis dans la peau de chefs cuisiniers l'espace de quelques heures, les collégiens s'impliquent et prennent conscience de l'origine agricole des aliments et de la diversité des exploitations.

« 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. » déclare Philippe Gouet, président du conseil départemental.



Les 17, 18 et 19 octobre derniers, la [4e édition de ces journées pédagogiques](#) a permis à plus d'un millier d'élèves de 6^e d'une dizaine d'établissements de découvrir les produits locaux et les bases de l'alimentation auprès de professionnels du secteur agricole.

En complément de ces journées, des ateliers de manipulation (beurre et pâtes) et animations (distribution de pommes et ateliers sensoriels) en lien avec l'alimentation et l'agriculture durable et locale sont organisés par le conseil départemental et la SDA 41 dans les collèges *Robert-Lasneau* de Vendôme (le 12 mars) et *Notre-Dame* de Romorantin-Lanthenay (le 28 mars).

Ces animations 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 ;

- le rappel de ce que sont les mammifères, des caractéristiques du vivant, des principes de la reproduction et du 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.



« Agir le plus tôt possible pour générer les prérequis d'une bonne santé constitue une priorité pour le département de Loir-et-Cher. Ainsi, sensibiliser les collégiens à la confection de repas de qualité, variés, équilibrés et à base de produits locaux est essentiel dans notre démarche pédagogique de partage de bonnes pratiques » conclut Philippe Gouet.