



ÉDUCATION

Projet d'éducation alimentaire
2026-2032



Validé par le conseil d'administration du 11 juin 2026

Sommaire

- Preamble
- Les orientations stratégiques
- Les animations
- Une approche thématique annuelle

A thick orange diagonal stripe runs from the top-left corner towards the bottom-left corner, leaving a white triangular area in the top-right.

Préambule

Préambule

Ce document présente le projet d'éducation alimentaire porté par la SPL Les Cantines du Ponant, qui, à travers ce projet, affirme sa responsabilité et son engagement dans l'action éducative.

Ce projet d'éducation alimentaire vise les enfants de maternelle et d'élémentaire, afin de les accompagner dans la construction d'une relation à l'alimentation éclairée, durable mais aussi joyeuse, en lien avec leur santé, leur territoire, l'ouverture au monde, la cohésion sociale et les enjeux environnementaux. L'objectif est de faire découvrir, faire choisir, faire comprendre.

Destiné aux enfants de maternelle et d'élémentaire, le projet s'inscrit dans une approche progressive et sensorielle, associant l'ensemble de la communauté éducative : parents, animateurs socio-culturels, enseignants, agents d'offices, salariés de la SPL.

Une ambition

Faire bien plus que préparer et livrer les repas pour les cantines

1. Apporter aux corps ce dont ils ont besoin pour préserver la santé :

- ✓ **Le carburant** : des aliments qui deviennent des nutriments, qui deviennent de l'énergie
- ✓ **L'équilibre** : des apports différents (pas forcément sur un repas, mais sur la semaine), de la variété (des fruits et des légumes, des fibres, des protéines (poisson, volaille, légumineuses, fruits à coques) En limitant ce qui est transformé et lui préférer le FAIT MAISON pour diminuer les apports en sucre, en sel et en matière grasse (viandes rouges, fromages, beurre, crème fraîche) et plutôt augmenter les huiles végétales (olives, colza)
- ✓ **Une quantité adaptée** : 4 composantes 1 plat principal, 1 accompagnement, 2 périphériques



Une ambition

Faire bien plus que préparer et livrer les repas pour les cantines

2. Faire plaisir :

- ✓ Proposer des plats **appétissants** (couleurs variées, noms valorisants, dressage attractif)
- ✓ Favoriser la **curiosité** alimentaire (raconter un plat, expliquer une recette)
- ✓ Penser aux **détails** qui changent tout (mettre des paillettes dans les assiettes)
- ✓ Respecter les **rythmes** et les **besoins**
- ✓ Créer des **expériences positives** (repas à thèmes, ateliers découvertes, restaurants éphémères)



Une ambition

Faire bien plus que préparer et livrer les repas pour les cantines

3. Participer à la socialisation :

- ✓ Contribuer à l'apprentissage des **règles de vie à table** : le partage, l'hygiène, le comportement adapté, le tri
- ✓ Favoriser **l'acquisition de l'autonomie** : manger seul, se servir, identifier ce qu'on aime ou pas, connaître ses besoins
- ✓ Encourager la **découverte** : de saveurs, des familles d'aliments, des cultures alimentaires
- ✓ Favoriser les **interactions sociales**
- ✓ Inciter les comportements **respectueux du vivant**



Les principes pédagogiques

4 mots clés

Curiosité : permettre de toucher, goûter, observer, cuisiner, expérimenter

Diversité : valoriser les différences, éviter les jugements

Progressivité : adapter les propositions d'animations aux âges

Continuité : faire du lien entre l'ensemble des figures éducatives

A large red triangle pointing downwards from the top-left corner of the slide, extending diagonally across the upper left portion of the frame.

2 Les orientations stratégiques



5 orientations

1. Développer l'approche sensorielle
2. Relier l'alimentation au territoire
3. S'ouvrir au monde
4. Manger durable
5. Assurer une continuité éducative

1. Développer l'approche sensorielle

Stimuler les sens pour construire une relation saine, sereine, curieuse avec la nourriture

Les enfants mangent d'abord avec leurs sens : le goût, l'odeur, la couleur...

L'approche sensorielle est un levier essentiel pour :

- ✓ réduire les peurs alimentaires,
- ✓ encourager la curiosité,
- ✓ développer des habitudes,
- ✓ et surtout, créer une relation apaisée avec la nourriture.



2. Relier l'alimentation au territoire

Comprendre d'où vient ce que l'on mange, qui le produit



Savoir que la pomme vient du verger, que le yaourt est fabriqué dans la ferme à côté de la cuisine centrale, où poussent les légumes, comment ils ont été travaillés, rend l'aliment incarné, localisé, réel. L'aliment n'est plus un produit anonyme du supermarché, mais le fruit d'un savoir-faire local. Cela contribue d'une part à une forme de respect et de gratitude.

De plus, quand on comprend son territoire, on comprend aussi : la saisonnalité, les ressources disponibles, les impacts environnementaux.

Les enfants découvrent aussi que chaque territoire a ses goûts, ses recettes, ses traditions, une culture culinaire.

Cela nourrit l'identité et la fierté, tout en ouvrant à la diversité des autres territoires.



3. S'ouvrir au monde

Découvrir la diversité des cultures alimentaires pour comprendre la richesse des façons de manger



Chaque pays, chaque région, mais aussi chaque famille a ses traditions, ses ingrédients, ses recettes, ses gestes en cuisine. En s'ouvrant au monde, les enfants découvrent que l'on peut manger différemment tout en partageant les mêmes besoins fondamentaux.

Cette exploration culturelle développe la tolérance, la curiosité et le respect des autres. Elle ouvre à la pluralité des goûts, des patrimoines culinaires, et montre que l'alimentation est aussi un vecteur d'échanges.



Comprendre comment mangent les autres permet aussi de mieux comprendre sa propre culture alimentaire.

Pour les enfants, c'est une manière de voyager, de s'intéresser aux autres territoires, d'élargir leur horizon et de cultiver l'envie de découvrir.

4. Manger durable

Comprendre l'impact de l'alimentation et adopter des gestes responsables



Apprendre que nos choix alimentaires ont un impact sur la santé, l'environnement, la biodiversité, les ressources naturelles.

Il s'agit de rendre visibles des enjeux qui restent souvent abstraits pour les enfants voir les adultes : gaspillage alimentaire, saisonnalité, consommation de protéines, modes de production, emballages, transport...

En découvrant ces notions de manière concrète et adaptée à leur âge, les enfants comprennent progressivement qu'ils peuvent agir : respecter les portions, essayer de nouveaux aliments, réduire le gaspillage, privilégier les produits locaux et de saison.

L'objectif est d'apporter des repères simples, accessibles et positifs pour devenir des mangeurs responsables et conscients, capables de faire des choix éclairés aujourd'hui et demain.

5. Assurer une continuité éducative

Veiller à une cohérence entre les différents espaces/temps où les enfants mangent et apprennent



Assurer une continuité éducative, c'est faire en sorte que les messages, les pratiques et les expériences vécues par les enfants soient cohérents et complémentaires entre l'école, la restauration, les activités périscolaires, la famille et le territoire.

Cela implique une collaboration entre les équipes pédagogiques, les animateurs, les agents de restauration, les producteurs partenaires et les familles.

Quand tout le monde partage une vision commune — valoriser la découverte, accompagner sans forcer, encourager la curiosité, respecter les goûts et les rythmes — l'enfant progresse plus sereinement et durablement.

Cette continuité permet aussi de renforcer le sens des actions : ce que l'enfant découvre en classe fait écho à ce qu'il mange au restaurant scolaire, ce qu'il expérimente dans un atelier sensoriel se retrouve dans son assiette, ce qu'il apprend sur le territoire se vit dans des sorties.

A solid green diagonal bar runs from the top-left corner towards the bottom-right, occupying the left portion of the slide.

3 Les animations

Des animations pour rythmer l'année

Mois	Orientations	Pour tous	Menus	Animations	Pour une école
Septembre	C'est la fête !	Vive l'automne !	Menu de saison		
Octobre	Développer l'approche sensorielle	La semaine du goût + Le grand repas	menus couleur, textures, produit, 1 buffet : minis portions pour essayer sans pression (fruits, fromages...)	Ateliers à l'aveugle, kims goût/odeur, boîte mystère	
Novembre					Restaurant éphémère
Décembre	C'est la fête !	Repas de fin d'année			
Janvier	Relier l'alimentation au territoire	La semaine du local	Menu chou-fleur, saucisses, sarasin, poisson	Présence de fournisseurs dans des cantines, portrait de fournisseurs, cartes des fournisseurs	
février					Restaurant éphémère
Mars	C'est la fête !	Vive le printemps !	Menu de saison		Restaurant éphémère
Avril	S'ouvrir au monde	La semaine du voyage	1 menu Pays, 1 continent différent par jour	Passeport "Escalaes gourmandes" Cartes du monde, Animations sonores, visuelles, histoires	
Mai					Restaurant éphémère
Jun	Manger durable	La semaine durable	Menus 100 % bios, 100% local, 100% Végé, 0 gaspi	Campagne de pesées,	
	C'est la fête !	Vive l'été! Repas de fin d'année scolaire			



+ des propositions diverses pour chaque orientation



1. Développer l'approche sensorielle



Un rendez-vous annuel Des jeux

La semaine du goût
Les ateliers à l'aveugle
Les kims goût/odeur



Les enfants acteurs

Les Ti-toqués : des groupes
d'enfants testeurs de recettes
réunis 3 fois par an avec grille
d'évaluation
Evaluer la présentation, le goût,
l'odeur...



...



Ouverture de la cuisine centrale
Ateliers culinaires
Comment on cuisine ? Avec
quoi ?
Les aliments autrement

2. Relier l'alimentation au territoire



Les partenaires locaux mis en lumière

Comité de filière

Présence de fournisseurs et exploitants dans les offices

Portraits et vidéos des fournisseurs

12 animations proposées par Canévet

Des visites sur sites

Visites de fermes

Visite du dépôt top atlantique

Visite du site de production SOCOPA

Visite d'élevage, d'ateliers (BVB)

Visites du dépôt Le Saint



...

La semaine du local

Portes ouvertes de la CC

Jeux

Cartes des fournisseurs

Origine des produits dans les menus

3. S'ouvrir au monde



Les familles associées

Impliquer des enfants et des parents ayant des origines étrangères pour faire un menu, raconter une histoire, des traditions et les mettre en lumière

Partager les recettes à faire à la maison

Les partenaires mobilisés

Les viandes du Monde Askill en février



Un passeport des escales gourmandes pour chaque enfant pour toute la scolarité

...

Ateliers culinaires

Les Noël's du monde

Les pains, galettes, nan, tortillas, fajitas

Les baguettes

Des cartes d'origines des aliments des menus

Le voyage des épices

4. Manger durable

Des supports pour répondre à des questions

C'est quoi le « Bio » ?

C'est quoi les « SIQO » ?

C'est quoi le « durable » ?

Les ressources nécessaires pour manger

Que devient ce qui n'a pas été mangé ?

Des projets associant les partenaires

Découvrir les fruits et légumes bios avec biocoop

Découvrir l'agriculture bio avec biocoop

Les viandes et la santé en novembre avec Askill

Découvrir la saisonnalité des poissons avec Top atlantique

...

La fresque alimentaire

Des visites proposées à la CC : de la fourche à la fourchette

Visite d'une fromagerie à Ploudaniel avec So breizh

Les campagnes de pesées des déchets alimentaires

5. Assurer une continuité éducative

Des récits à partager

Une mascotte « Miam Gozh »
Proposer des histoires à raconter
en classe, en accueil
périscolaire, en accueil de loisirs

Une ouverture vers les familles

Des recettes du soir partagées
avec les familles pour parler
équilibre alimentaire
Les portes ouvertes de la cuisine
centrale
La commission des menus à la
cuisine centrale

...

DS Armorique : animations
auprès de l'équipe de la cuisine
centrale
Du personnel de la CC une fois
par semaine dans un office
Des supports proposés aux
agents d'office

4 Une approche thématique

Pour une offre d'animations complémentaires
sur un projet d'école ou un accueil de loisirs



Une approche thématique annuelle

Une offre d'animations sur une année, avec des supports pédagogiques diversifiés (jeux, affichage, vidéos), déclinés pour les différents cycles, croisés avec les 4 orientations à disposition des acteurs éducatifs, adaptés pour chaque thème

9 thèmes

1. Les viandes
2. Les poissons
3. Les œufs
4. Les produits laitiers
5. Les légumineuses
6. Les céréales
7. Les légumes
8. Les fruits
9. Les épices et les plantes aromatiques



Une approche thématique annuelle

Une offre d'animations sur une année, avec des supports pédagogiques diversifiés (jeux, affichage, vidéos),, déclinés pour les différents cycles, croisés avec les 4 orientations à disposition des acteurs éducatifs, adaptés pour chaque thème

Des supports d'animation variés à déployer tout au long de l'année

1. Des ateliers sensoriels en cantines : Observer différentes couleurs, différentes textures, sentir, toucher, découvrir les outils de transformation des aliments...
2. Des visites de la cuisine centrale
3. Des ateliers culinaires à la cuisine centrale ou en offices
4. La découverte de métiers et des rencontres avec des producteurs/fournisseurs mis en lumière
5. Des supports sur les apports nutritionnels
6. Des supports sur les modes de production
7. Des cartographies
8. Des histoires à raconter et à lire en classe ou en accueil de loisirs ou avant de manger...

Exemple : Les viandes

Identifier les différentes viandes : Nommer pour mieux comprendre ce que l'on mange.

- Volaille (poulet, dinde...)
- Viandes rouges (bœuf, agneau...)
- Viandes blanches (porc, veau...)
- Charcuterie (à aborder avec distinction et modération)

Comprendre d'où elles viennent

Explorer les métiers et savoir-faire

- Éleveurs (les différents modes d'élevage)
- Artisans (bouchers, charcutiers)
- Visite de l'abattoir du Faou

Découvrir les différentes formes et cuissons

- Hachée
- Rôtie
- Grillée
- Mijotée
- Bouillie

Comprendre le rôle de la viande dans l'alimentation

- Source de protéines
- Source de fer (important pour les enfants)
- C'est un aliment nourrissant, mais à consommer en quantité adaptée

Etc.



Autre exemple : Les œufs

Faciles à observer et manipuler

Transformations visibles (cru → cuit)

Multiples modes de cuisson à la coque, mollet, omelette, sur le plat...

Rôle clé dans la cuisine (liaison, texture, pâtisserie...)

Permettent de parler du bien-être animal

 **lescantinesduponant.fr**

4 rue Colonel Fonferrier 29200 Brest • Siège social : 270 rue du Vern 29200 Brest • Société Publique Locale au capital de 37 000 €