

UN TRÉSOR DANS MON JARDIN ET L'ÉDUCATION SENSORIELLE AU GOÛT

MISSION

Jeunes pousses est un organisme national à but non lucratif voué à la promotion de saines habitudes alimentaires auprès des jeunes dans leurs milieux de vie. Par son approche expérientielle axée sur les plaisirs de manger, Jeunes pousses propose des projets novateurs qui vont de la découverte de l'origine des aliments à l'éducation sensorielle au goût.

NOS PROGRAMMES

Pour l'enfant, manger constitue une expérience liée aux sensations. Elle est fortement guidée par le plaisir des sens. L'enfant découvre ainsi les aliments à travers leurs couleurs, aspects, textures, saveurs, odeurs...

Jeunes pousses offre deux programmes novateurs visant la découverte des aliments de la terre à l'assiette : **Un trésor dans mon jardin** et **L'Éducation sensorielle au goût**. Ces programmes amènent les enfants à explorer l'univers alimentaire dans toutes ses dimensions et à s'ouvrir à une plus grande variété d'aliments sains et savoureux à l'aide du jardinage et de leurs cinq sens. Les activités liées aux programmes sont bien ancrées dans le rythme des saisons, se déroulent tout au long de l'année et privilégient la consommation d'aliments produits localement. Les interventions sont proposées aux services de garde à la petite enfance, aux écoles primaires et aux milieux communautaires et municipaux.

UN TRÉSOR DANS MON JARDIN



L'aménagement d'un potager dans la cour de l'établissement est au cœur du programme. Le potager révèle secrets et beauté du monde du vivant et se transforme en un univers multisensoriel. La mise en œuvre du programme, par la richesse de ses contenus, génère une multitude d'apprentissages. En vivant des expériences concrètes, les enfants explorent le cycle complet des aliments. Partir à la découverte de l'histoire et de l'origine des aliments, se familiariser avec les procédés de germination, rencontrer un boulanger ou un fermier, cultiver des plantes potagères que les enfants auront sélectionnées, déguster et partager le fruit de leurs récoltes, sont quelques-unes des expériences qui amèneront les enfants à se rapprocher de l'origine des aliments.



ÉDUCATION SENSORIELLE AU GOÛT

L'éducation au goût, par son approche sensorielle (avec les cinq sens), vise à élargir le répertoire alimentaire de l'enfant. En mettant à l'honneur les perceptions sensorielles des enfants, l'approche devient accessible et signifiante dès le plus jeune âge.

L'éducation au goût permet à l'enfant de s'ouvrir à une plus grande variété d'aliments et d'éveiller sa curiosité vis-à-vis leur diversité et leur provenance, de diminuer la peur de goûter des aliments nouveaux (appelée néophobie alimentaire), de prendre plaisir à partager un repas avec la famille et les amis, d'améliorer la connaissance de soi et de s'outiller à devenir un mangeur averti. À travers les séries d'ateliers proposées par Jeunes pousses, l'enfant se métamorphose ainsi en un véritable *Aventurier du goût!*



NOTRE INTERVENTION

Transfert d'expertise

Jeunes pousses privilégie une approche de transfert d'expertise visant l'appropriation des programmes par les intervenants en vue d'assurer la pérennité des initiatives. Jeunes pousses intervient dans l'ensemble du Québec et offre :

- Des formations adaptées et distinctes ;
- Un guide technique sur le jardinage avec les enfants ;
- Un document de référence sur l'éducation sensorielle au goût ;
- Des guides pédagogiques en concordance avec le programme éducatif *Accueillir la petite enfance* du MFA et le *Programme de formation de l'école québécoise* du MELS ;
- De l'accompagnement et des ressources variées.



Clientèle visée

Le transfert d'expertise vise principalement :

- Le personnel éducatif en petite enfance (ex : CPE, garderie) ;
- Les enseignants et éducateurs au primaire ;
- Le personnel animateur de milieux parascolaire, communautaire et municipal ;
- Le personnel de soutien pédagogique et de gestion.

Résultats de nos interventions (Vorobief, 2009 ; 2011, Bédard, 2012)

- Les intervenants sont unanimes : les enfants adorent jardiner et explorer les aliments avec leurs cinq sens. Ils notent une plus grande ouverture des enfants à goûter des aliments moins familiers.
- La majorité des parents notent que leur enfant goûte davantage à de nouveaux aliments et consomme davantage de fruits et légumes.
- Les enfants déclarent vouloir s'impliquer davantage dans la préparation des repas à la maison. On note une augmentation du temps passé à table en famille.



Tél. : 819.340.1960
info@jeunespousses.ca
www.jeunespousses.ca

Les programmes de Jeunes pousses sont adaptés à des groupes d'âge et contextes variés.

En 2013, plus de 30 000 enfants ont été rejoints par les deux programmes de Jeunes pousses dans 14 régions du Québec.