

# FICHE MODULE

## «Des fruits et légumes de proximité pour les jeunes franciliens»

**Cadre :** Charte « fruits et légumes et société » signée en septembre 2006 par le président de la région Ile-de-France, Interfel et les professionnels de la filière fruits et légumes.

**Pilote du programme d'action, le Centre Régional de Valorisation et d'Innovation Agricole et Alimentaire, propose de faire découvrir aux jeunes franciliens l'Ile de France et souhaite favoriser l'éducation à la nutrition et au goût en conformité avec les recommandations du Programme National Nutrition Santé.**

**Niveaux :** Centre de Formation d'Apprentis, 2nde et 1ère lycée agricole, général, professionnel et technique avec le concours des Comités d'Education à la Santé et à la Citoyenneté.

**Disciplines :** Géographie, Sciences de la Vie et de la Terre, Physique-Chimie, Economie, Vie sociale et professionnelle

### Extraits des Programmes Officiels:

**Géographie:** la France, son territoire, ses régions. **SVT:** Comportements alimentaires: évaluer ses besoins. **Gestion environnementale des pratiques agricoles.** **Physique-Chimie:** les besoins alimentaires. **VSP:** santé, hygiène de vie, consommation. valoriser la qualité et la variété des produits du terroir.

### **Contenu de l'intervention**

Complémentaire des programmes scolaires, cette intervention interactive vise à développer la consommation de fruits et légumes frais chez les jeunes.

#### **A. Le patrimoine francilien et mon alimentation**

- l'Ile-de-France : région rurale, verdoyante, agricole. 1ère agglomération urbaine, dotée d'un riche patrimoine historique, géographique et gastronomique (ex : la variété des terres de la région, le potager du Roi à Versailles etc.)

- La place du plaisir alimentaire et du goût dans notre alimentation : les sens et la perception des saveurs,

#### **B. Par le choix de mon alimentation, j'agis sur ma santé**

- atout santé d'une alimentation harmonieuse: l'apport des fruits et légumes, l'harmonie alimentaire au quotidien, les familles d'aliments.

- les fruits et légumes dans mon quotidien: une palette d'aliments, saisonnalité, de l'intérêt nutritionnel des fruits et légumes.

- La filière fruits et légumes : les acteurs de la filière, le développement d'une agriculture durable, vers une nouvelle relation entre les professionnels du monde agricole et les citoyens.

#### **C. Moi, jeune consommateur**

- place des fruits et légumes dans mon assiette : les critères de goût, de choix personnel, de budget.

- des aliments qui se prêtent à l'imaginaire: amuser, colorer, nourrir... Les fruits et légumes inspirent les cuisiniers mais aussi les artistes et les poètes.

#### **Conclusion:**

**Consommer des aliments de proximité permet à chacun de disposer d'une alimentation saine et au-delà d'agir en citoyen responsable.**

### Documents remis lors de l'intervention

- Livret recettes
- Fichier d'activité pour les enseignants
- Documents pour la classe : « Ile-de-France, destination saveurs »

### Supports de l'animation

- Visuels disponibles en version PowerPoint sur CD Rom
- 2 vidéos : « Ile-de-France, destination saveurs » et « Fruits et légumes d'Ile-de-France »
- 1 quiz « Vitamines et minéraux »

### Matériel nécessaire

- 1 ordinateur reconnaissant Powerpoint et Windows Media, avec vidéo projecteur et hauts-parleurs doit être mis à disposition par l'établissement.

### Organisation

- Intervention GRATUITE
- Durée : 1 h 30 à 1 h 50
- Réservation auprès des référents académiques et par retour de coupon-réponse des documents de présentation, ou en ligne sur le site [www.eveil.asso.fr](http://www.eveil.asso.fr)
- Sites à consulter :
  - [www.eveil.asso.fr](http://www.eveil.asso.fr)
  - [www.saveursparisiledefrance.com](http://www.saveursparisiledefrance.com)

