Éducation au goût : le plaisir alimentaire en lien avec les 5 sens

FORMATION THÈME : ALIMENTATION DURABLE 19 décembre 2024 - 9h à 11h30

- **Lieu** : Écolothèque - 1 rue Théophraste Renaudot - 34430 Saint-Jean-de-Védas
- **Cible** : Agents de restauration et d'entretien - Agents éducatifs d'accueils de loisirs, maisons pour tous et médiathèques - Agents territoriaux spécialisés des écoles maternelles - Éducateurs de centres médico-sociaux

Objectifs

- Interroger l'acte de manger
- Approcher l'alimentation par les 5 sens
- Développer la capacité à goûter
- Verbaliser ses sensations

Programme

1. Accueil et recueil des attentes des participants

2. Apports théoriques : qu'est-ce que « manger » ?
   Réflexion collective sur ce que nous apporte l'acte de manger

3. L'éducation au goût
   Le rôle de l'animateur dans le développement de la curiosité des enfants pour aller au-delà du simple « j'aime », « je n'aime pas »

4. Expériences sensorielles et ludiques : partager ses perceptions et émotions, et échanger en respectant la parole des autres
   - Rappel des 5 sens : les organes mobilisés et leurs utilités avant et pendant la consommation d'aliments
   - La vue dans le choix des aliments : un sens qui peut nous tromper
   - L'ouïe : le bruit des aliments et de l'environnement
   - Le toucher : se concentrer, identifier le ressenti et reconnaitre l'aliment
   - L'odorat : Kim odeur et mémoire olfactive
   - Le goût : dégustation des différentes saveurs en occultant le sens de la vue

5. Bilan de l'atelier : la madeleine de Proust

Méthodes enseignées

- Apports théoriques
- Ateliers pratiques
- Partage d'expériences

Intervenants

- Johani LOPEZ - Écolothèque
- Kitty Dupont - Direction de la Politique Alimentaire de la ville de Montpellier