



Concept clé
**Super aliments contre
malbouffe**

www.livingstem.eu

[#livingSTEM](https://twitter.com/livingSTEM)



**CITIZENS
IN POWER**



Générations.bio



Transit Projectes



LogoPsyCom.

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



The #livingSTEM project (2019-1-BE01-KA201-050529) was funded with support from the European Commission. This communication is solely the responsibility of the authors and the Commission is not responsible for any use that may be made of the information contained therein.

CONCEPT: Super aliments contre malbouffe

1- BRÈVE DESCRIPTION DU CONCEPT

De nombreux jeunes mangent trop de malbouffe et d'aliments transformés, ce qui pourrait nuire à leur santé physique et mentale plus tard dans leur vie et réduire leur résistance aux maladies. L'industrie alimentaire mondiale et nos supermarchés manipulent les jeunes pour qu'ils développent des modes de vie malsains.

Documenter nos habitudes d'achat et d'alimentation et montrer des alternatives saines aide les étudiants à réfléchir de manière critique et, espérons-le, à changer leur style de vie pour un mode de vie sain plus durable.

L'objectif principal est que les étudiants documentent les mauvaises habitudes alimentaires dans leurs régions, dans leurs familles, dans leurs groupes de pairs, à l'école et qu'ils documentent le type de problèmes de santé et environnementaux que les aliments fast-foods et transformés peuvent causer.



Source: image: Freepik.com

2- Activités du projet LivingSTEM qui peuvent être reliées à ce concept

Les activités sont étroitement liées au défi " **Malbouffe contre nourriture saine** " et la réalisation de documentaires vidéo peut être facilement intégrée à cette activité.

L'activité peut également être intégrée dans les activités **du jeu du potager idéal** avec le **jeu de cartes** pour documenter et visualiser les valeurs nutritionnelles des aliments cultivés dans les potagers de permaculture.

Enfin, les activités pourraient être intégrées dans le **jeu du menu idéal** avec le **jeu de cartes**, en documentant et en visualisant les ingrédients des super aliments et la conception de menus de super aliments sains et savoureux.

Les enfants/adolescents pourraient également réaliser des courts-métrages sur ce qu'est la super alimentation pour eux.

3- Proposition de méthodologie pour la mise en œuvre des activités décrites ci-dessus

Le décor et le cadre des vidéos peuvent être la salle de classe, le laboratoire de l'école, la cuisine de l'école ou le jardin potager de l'école. Mais aussi, des excursions dans les jardins de permaculture ou les supermarchés peuvent être organisées pour filmer des aliments sains et des aliments moins sains. Une autre possibilité pourrait être de rendre visite à un chef célèbre dans un restaurant, travaillant avec des super aliments sains ou d'inviter un chef à l'école ou à un événement scolaire et de visualiser ce qu'est une nourriture saine.

Ce thème peut également être intégré dans l'enseignement des langues, c'est-à-dire dans l'apprentissage de différents genres de films, dans les études sociales, les cours de cuisine ou les cours de biologie.

Deux heures de préparation en classe doivent être consacrées à l'organisation d'équipes vidéo, à la collecte d'informations générales, à la prise de dispositions avec les agriculteurs et à la création d'un petit scénario vidéo à l'aide du canevas de narration.

Les scènes possibles pourraient l'être :

- la divulgation des additifs dans les aliments transformés et de leur impact sur notre santé
- montrer la valeur nutritionnelle des aliments locaux non transformés
- montrer les habitudes alimentaires de la jeune génération
- montrer les combines de l'industrie alimentaire mondiale

- montrer et expliquer la super nourriture locale et comment faire des aliments sains, des recettes

- filmer des vidéos amusantes sur la malbouffe et les super aliments.

Réaliser la vidéo comme une interview dans une émission de télévision (vous pouvez même inventer un nom)

- Aujourd'hui, nous allons explorer ... (insérez le sujet)
- Brève explication du concept
- Ce que les élèves vont faire comme expérience (ou hypothèse)
- Les différentes étapes du processus et pourquoi
- Quels sont les résultats ?
- Quelle est la conclusion ?
- "Merci d'avoir regardé !"

4- Implication des enfants dans l'activité :

Les élèves font des recherches préliminaires sur le genre, écrivent de courtes pièces de théâtre/histoires pour plusieurs genres.

Ils doivent ensuite utiliser leur créativité pour filmer des scènes pertinentes dans les fermes. Ils peuvent également inclure des parties amusantes.

Les élèves peuvent organiser un "festival du film" final ou un partage sur Youtube, Vimeo et sur les chaînes LivingSTEM sur les Super Aliments pour les enfants avec d'autres enfants du réseau LivingSTEM.

Le partage et la collaboration au sein des groupes et entre les groupes doivent être encouragés.

En fonction de l'âge et des compétences des élèves, l'enseignant réalisera lui-même le montage de la vidéo ou guidera et assistera les élèves dans ce processus.

5- Liens que ce concept a avec les sciences

(STEAM) et la permaculture :

Les compétences STEAM couvertes sont la biologie, la chimie, les sciences nutritionnelles, les sciences de la santé, les sciences sociales et politiques, l'enseignement des langues, de la littérature et des médias ainsi que la réflexion sur le design dans la préparation des aliments.

Les principaux aspects éthiques de la permaculture sont le soin, l'attention portée aux personnes et le partage équitable, et une alimentation saine pour protéger la terre est une composante essentielle.



Source: <https://interconnected.me/wp-content/uploads/2019/11/Permaculture-Wheel-Flower-Ethics.pdf>