



La Tablée
des Chefs

★ LES ★ BRIGADES CULINAIRES

Les Brigades Culinaires c'est 20 ateliers culinaires pratiques, 3 défis et une compétition finale pour apprendre à cuisiner et approfondir des notions culinaires et nutritionnelles! Le programme se déroule en parascolaire entre octobre et mai.

Clientèle cible : Les jeunes du secondaire régulier, du niveau I à V.

- ✓ **3 grands défis** construits autour de 3 grands axes (social, saine alimentation et multiculturel) ;
 - **Social** : Les brigades préparent une grande corvée alimentaire pour ensuite offrir les fruits de cette corvée à un organisme de la région qui s'engage à les redistribuer aux familles dans le besoin.
 - **Saine alimentation** : Les brigades doivent réinventer une collation nutritive qu'ils aimeraient voir au menu de leur cafétéria et la présenter au jury/goûteurs afin qu'ils déterminent la collation gagnante selon des critères de saine alimentation. Cette collation gagnante pourrait se retrouver au menu de la cafétéria comme produit « vedette » durant le mois de la nutrition, en mars.
 - **Multiculturel** : Les brigades organisent une foire multiculturelle. Les brigades doivent choisir un pays, cuisiner des recettes en lien avec le pays et les présenter à l'ensemble des jeunes de l'école afin de leur faire découvrir de nouvelles saveurs.

- ✓ **1 grande compétition** – Le Combat des brigades !
 - Une compétition de type « Iron chef » dans l'école où les brigades doivent élaborer un plat avec les ingrédients d'un panier surprise. Un jury devra déterminer la brigade gagnante de leur école.
 - **Les finales locales, régionales et la Finale provinciale de type « Iron chef »**
C'est les finales régionales, précédées des finales locales, qui détermineront les 4 meilleures brigades du Québec qui participeront à la Finale provinciale animé par Ricardo en mai 2015!

Les objectifs du Programme :

- ✓ Transmettre des connaissances et des compétences culinaires et nutritionnelles aux jeunes.
- ✓ Permettre aux jeunes de devenir des agents de changement, des «leaders alimentaires» dans leur milieu. Impliquer les élèves dans la vie scolaire de l'établissement à travers des défis culinaires.
- ✓ Sensibiliser les jeunes à la diversité alimentaire à travers des différentes cultures, les impliquer activement face à la saine alimentation dans leur école et leur faire réaliser les besoins des organismes de dépannage alimentaire de leur communauté.
- ✓ Sensibiliser les jeunes à la saine alimentation et à l'éventuelle prise en charge de leur alimentation et développer leur autonomie alimentaire pour, dans certains cas, combattre une éventuelle dépendance à l'aide alimentaire.

Votre engagement :

- Fournir un local de cuisine équipé (au moins 2 fours, 8 ronds de feux, 1 frigo et 4 grands comptoirs) et le matériel de cuisine nécessaire.
- Mandater un (ou plusieurs) accompagnateur motivé qui assurera une discipline, aidera les élèves lors des ateliers (20 X 2h) et coordonnera les défis (4 X 5h) pour une charge de travail maximum de 70h sur l'année.
- Prévoir un budget de 1000\$ pour assurer une partie des frais de nourriture.
- Offrir gratuitement le programme à l'ensemble des jeunes de l'école.
- S'assurer d'avoir au minimum 16 jeunes inscrits dans le programme (max 25).

Notre engagement :

- Fournir un chef-formateur engagé par La Tablee des Chefs qui s'occupera de faire l'achat de la nourriture et animer les ateliers
- Fournir le matériel promotionnel et pédagogique (tabliers, cahiers de recettes, affiches, etc.)
- S'assurer de l'accompagnement et du suivi tout au long de l'année

Pour inscrire votre école, visitez notre plateforme web e-learning.tableedeschefs.org

N'hésitez pas à communiquer avec nous (450)748-1638 poste 309 ou 315 ou par courriel :

Nancy.lacas@tableedeschefs.org

Les Brigades Culinaires est une initiative de La Tablee des Chefs, rendu possible grâce au soutien et à l'appui financier de

