

# INSPIR'ACTION

## Ateliers cuisine et théâtre forum pour se réappropriier le contenu de son assiette

- Par l'ASV de Mont de Marsan Agglomération

### Repères

**Statut du projet** : achevé

**Échelle** : quartiers politique de la ville

**Thématique traitée** : nutrition

**Public visé** : tout public

**Partenaires opérationnels** : Programme Réussite Éducative (PRE), Association Bois et services, association de quartier, animateurs du quartier, Conseil Départemental

**Partenaires financiers** : ARS, communauté d'agglomération

**Moyens affectés** : *[non renseigné]*

### Contexte

Le diagnostic local de santé a relevé un taux inquiétant de surpoids chez les enfants vivant dans les quartiers prioritaires.

### Objectifs

- > Favoriser l'accès à une alimentation de qualité tout en tenant compte des petits budgets
- > Accompagner les parents dans leur rôle éducatif sur l'alimentation
- > Offrir aux participants un espace de parole grâce au théâtre forum
- > Partager un moment convivial et créer du lien social

### Description de l'action

En cohérence avec le PNNS-PNA, l'ASV et ses partenaires organisent des ateliers à thématiques spécifiques : l'importance de bien se nourrir, comment bien manger sans dépenser plus, l'importance de faire une activité physique sportive et prendre conscience de l'influence de nos émotions sur l'alimentation.

> **Étape 1** : Réunion de présentation de l'action pour les participants

> **Étape 2** : Mise en place des ateliers cuisine, suivis d'un atelier théâtre forum sur 4 séances de 3,5 heures avec 20 participants

> **Étape 3** : Réalisation d'un livre regroupant toutes les recettes réalisées au cours des ateliers

> **Étape 4** : Clôture de l'action par un événement où étaient programmés :

- une mise en scène de situations réelles sur la problématique de l'alimentation à partir de saynètes théâtrales improvisées
- la distribution aux participants du livre de recettes créé à partir des ateliers de cuisine
- un repas avec les participants



## Résultats

- > Réappropriation par les participants aux ateliers du contenu de leurs assiettes
- > Information et sensibilisation sur les questions de nutrition-santé
- > Réalisation d'un livre de recettes de tous les plats effectués au cours des ateliers.

## Perspectives

- > Action renouvelée

## Facteurs de réussite & Conseils pour reproduire ce projet

- > Intérêt du théâtre forum : ce format ouvre un autre espace de parole qui permet aux habitants de prendre du recul sur leurs situations vécues, imaginer d'autres solutions possibles et reprendre confiance en eux + cela a créé beaucoup de lien social.

## Contact référent

**Sandra Bertranne**  
Coordinatrice ASV  
Mont de Marsan Agglomération

[sandra.bertranne@lemarsan.fr](mailto:sandra.bertranne@lemarsan.fr)

05 58 85 94 24

*Complété le 19.12.2016*