



CRÉER

Rencontrer

EXPÉRIMENTER

Savourer

NUANCER

Accompagner

BILAN COOKING CLASS

2023

LA COOPÉRATIVE

Présentation

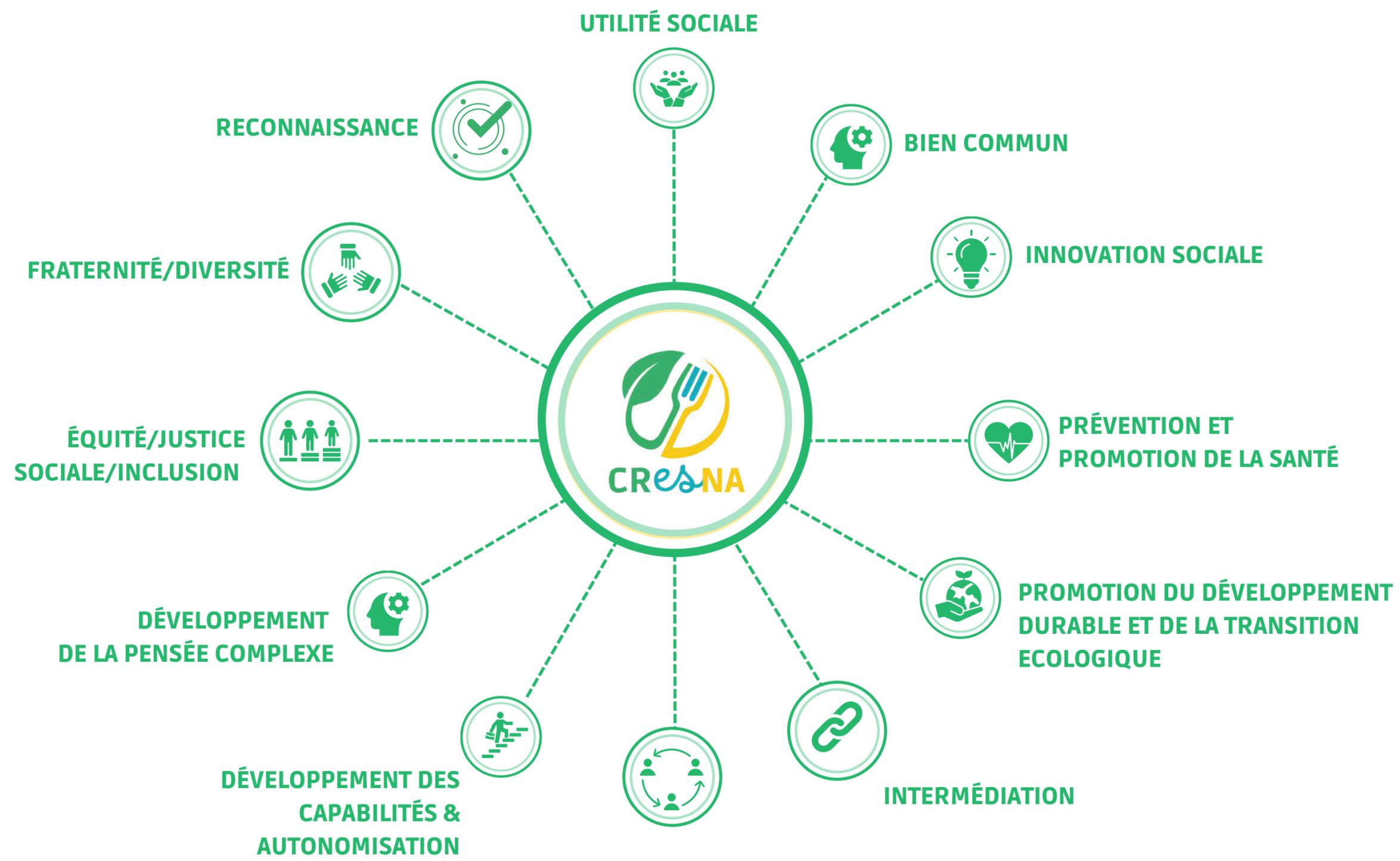


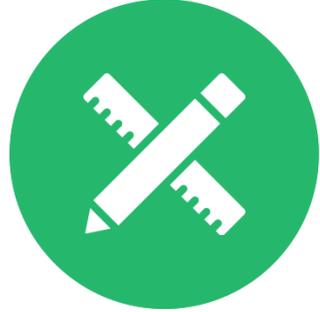


coopérative d'utilité sociale
depuis 2011

FAITES-VOUS ACC

[voir la vidéo en ligne](#)





Montage de projet de A à Z

Pour rendre accessible et accompagner le processus de réalisation de projets : de la coordination à l'évaluation.

**Coordination / Diagnostic de pratiques & comportements /
Accompagnement de plan d'action / Valorisation & Communication**



Accompagnement de plan d'actions

Pour soutenir la mise en œuvre de plans d'actions et élaborer des stratégies sur mesures en lien avec les besoins des parties prenantes.

Coordination / Accompagnement de plan d'action / Valorisation & Communication



Formation professionnelle

Pour développer les savoirs, savoir-faire et savoir être (dont les compétences psychosociales en lien avec les comportements alimentaires & mieux-être) des parties prenantes et les outiller pour qu'elles développent leur autonomisation individuelle et collective.

Coordination / Formations professionnelles / Suivi administratif & pédagogique / Valorisation & Communication



Diagnostic de pratiques et de comportements

Pour faire un état de lieux, identifier les attentes, les besoins, ainsi que les pratiques et comportements (dont leurs freins & leviers associés) des parties prenantes de l'écosystème mobilisé dans un ou plusieurs contextes précités.

Coordination / Diagnostic de pratiques & comportements / Valorisation & Communication



Création d'outils de facilitation pédagogique

Pour bénéficier d'un appui personnalisé dans les différentes étapes de votre projet et (co)construire des solutions adaptées aux attentes, besoins et problématiques identifiées.

Coordination / Création d'outils de facilitation pédagogique / Valorisation & Communication



Animation d'ateliers

Pour mettre en place des actions pédagogiques – à valeur ajoutée de l'existant – sur des thématiques diverses de l'alimentation et du mieux-être.

Coordination / Echanges de pratiques - Focus group - Atelier expérimental - Atelier de créativité - Atelier culinaire - Atelier de dégustation - Parcours du goût / Valorisation & Communication

Janvier à Décembre

2023

SOMMAIRE

2023



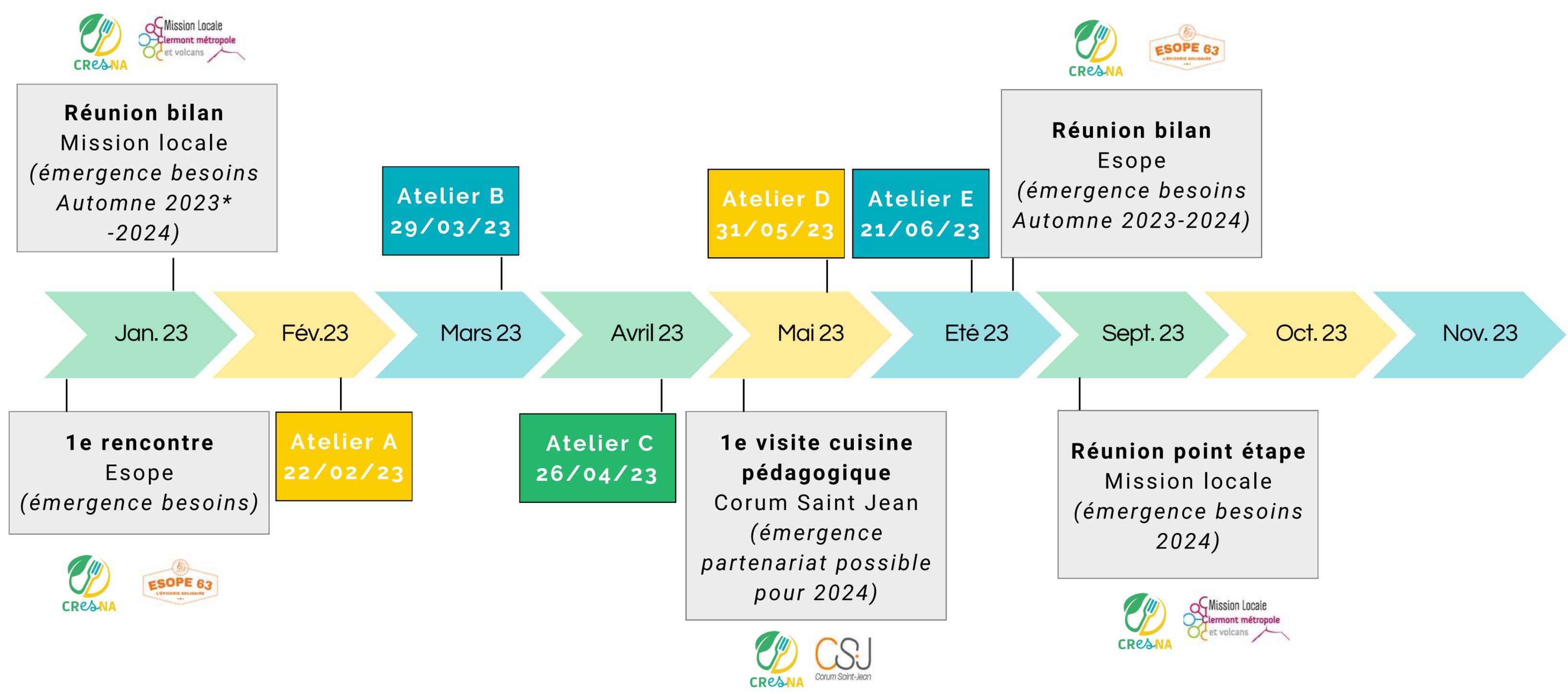
- Chronologie des Cooking Class 2023.....D09
- Les objectifs des Cooking Class 2023.....D11
- Le déroulé d'un atelier Cooking Class 2023.....D13
- Photos / Vidéos Cooking Class 2023.....D15
- Les résultats d'un cycle de Cooking Class 2023.....D18
- Synthèse 2023.....D23
- Perspectives 2024.....D25

CHRONOLOGIE

des Cooking Class 2023



CHRONOLOGIE 2023



*en raison de la réforme France Travail, la mission locale Clermont métropole & volcan n'a pu réévaluer les discussions avec la coopérative qu'à partir de l'automne 2023

LES OBJECTIFS

des Cooking Class 2023



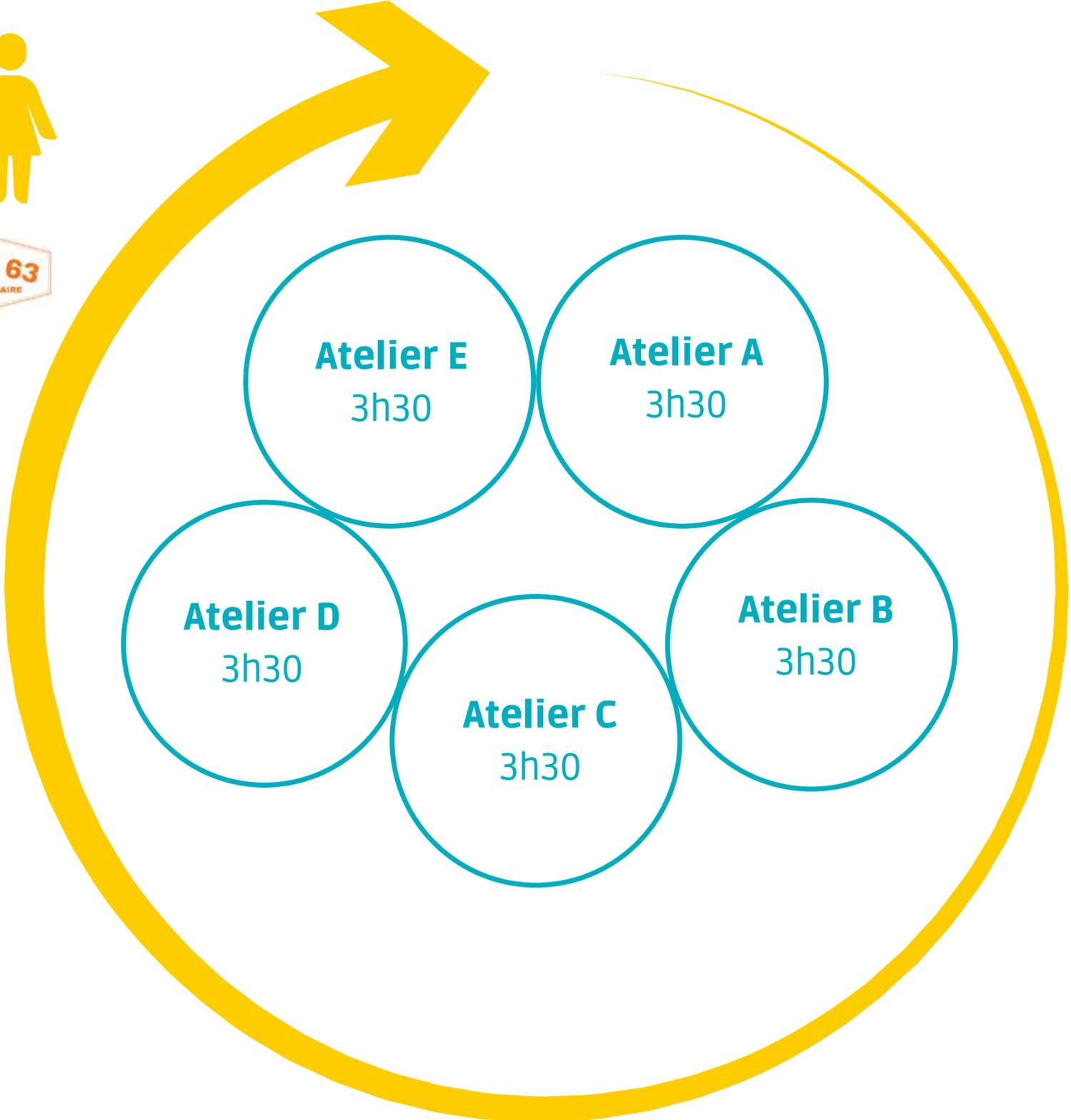
UN CYCLE COOKING CLASS 2023

6 à 10

étudiants Esopiens
en situation de
précarité alimentaire /
atelier



Lors de chaque
atelier, 2 à 3
bénévoles (+60 ans)
d'Esope étaient
présents pour les
temps d'accueil et de
désinstallation



4 axes de Transitions
et changements
complémentaires

Socialisation
développer l'intériorisation des normes et les valeurs de la société dans laquelle ils évoluent

Sociabilisation
développer les compétences permettant à l'individu de rechercher et d'entretenir des relations aimables avec autrui

Epanouissement personnel
développer ses facultés intellectuelles et/ou physiques

Culinarité
développer la consommation hédonique et holistique du mangeur grâce à son déterminant « plaisir » et à ses quatre dimensions : qualité, créativité, savoir-faire et partage

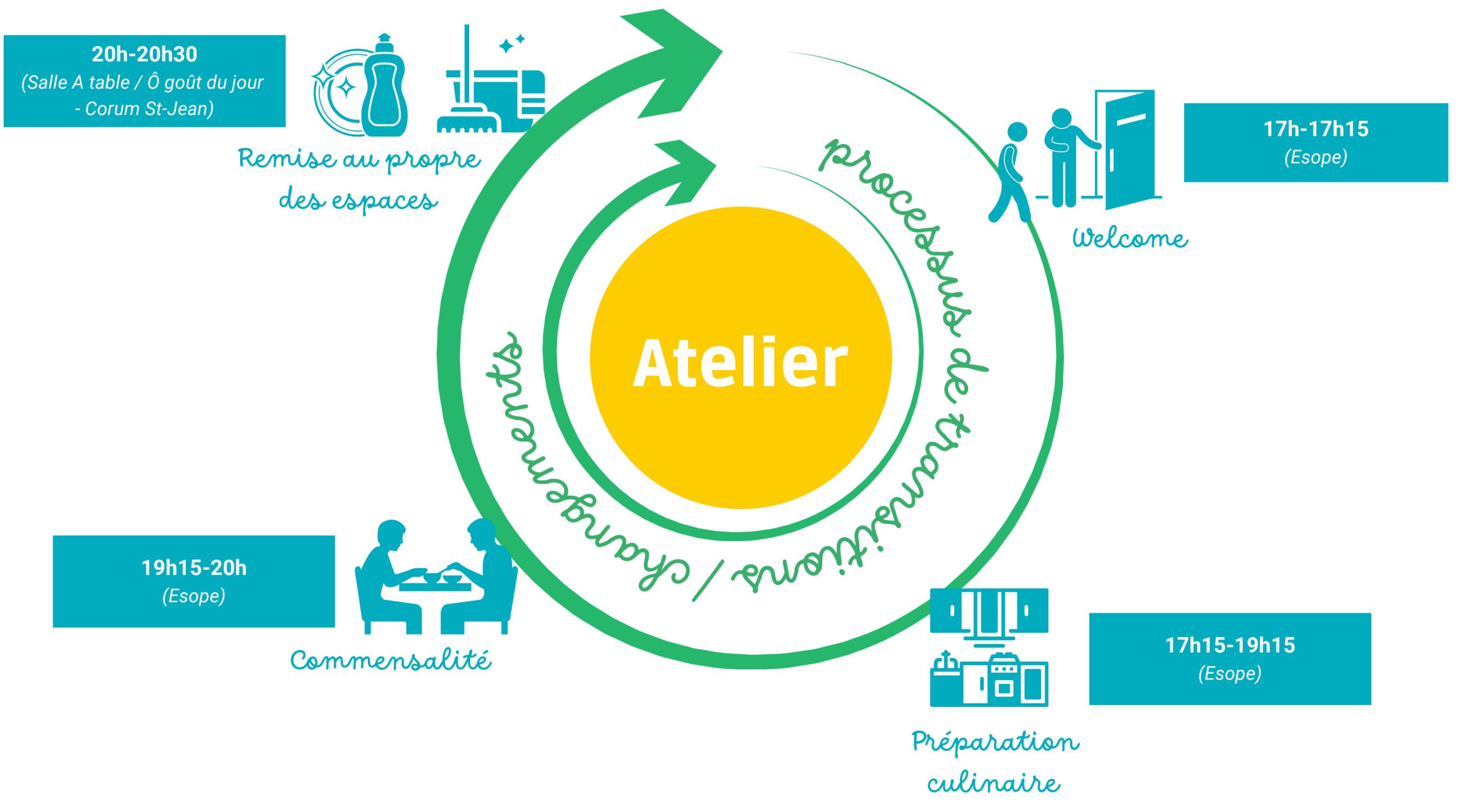
LE DÉROULÉ

d'un atelier Cooking Class 2023



Observations comportementales par l'animatrice

- Socialisation
- Sociabilisation
- Epanouissement personnel
- Culinarité



PHOTOS/VIDEOS

du projet Cooking Class - 2023



Atelier du 22 février 2023
thématique : *culinarité de saison*

En raison de la présence de jeunes ne souhaitant pas être pris(e)s en photo, ainsi que le peu de temps disponible (timing serrés + grosse sollicitation de l'animatrice par les participants), nous avons un nombre limité de photos pour ces derniers (et pas pour tous).



[voir le post en ligne](#)

Atelier du 29 mars 2023
thématique : *convivialité de saison*



[voir la vidéo en ligne](#)

Atelier du 31 Mai 2023
Thématique : menu ukrainien



[voir le post en ligne](#)

Atelier du 21 Juin 2023
Thématique : fête de la musique & été

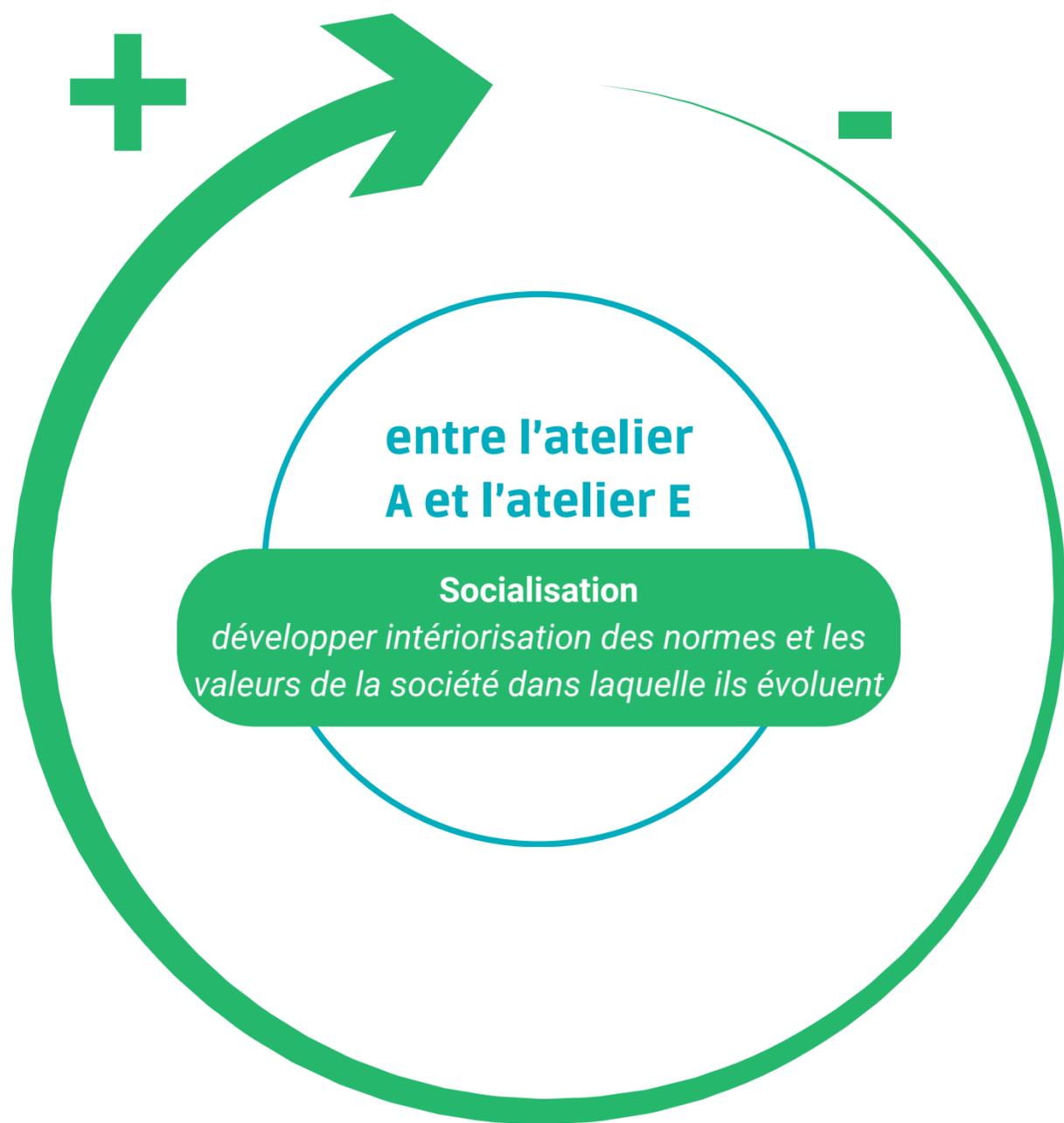


[voir le post en ligne](#)

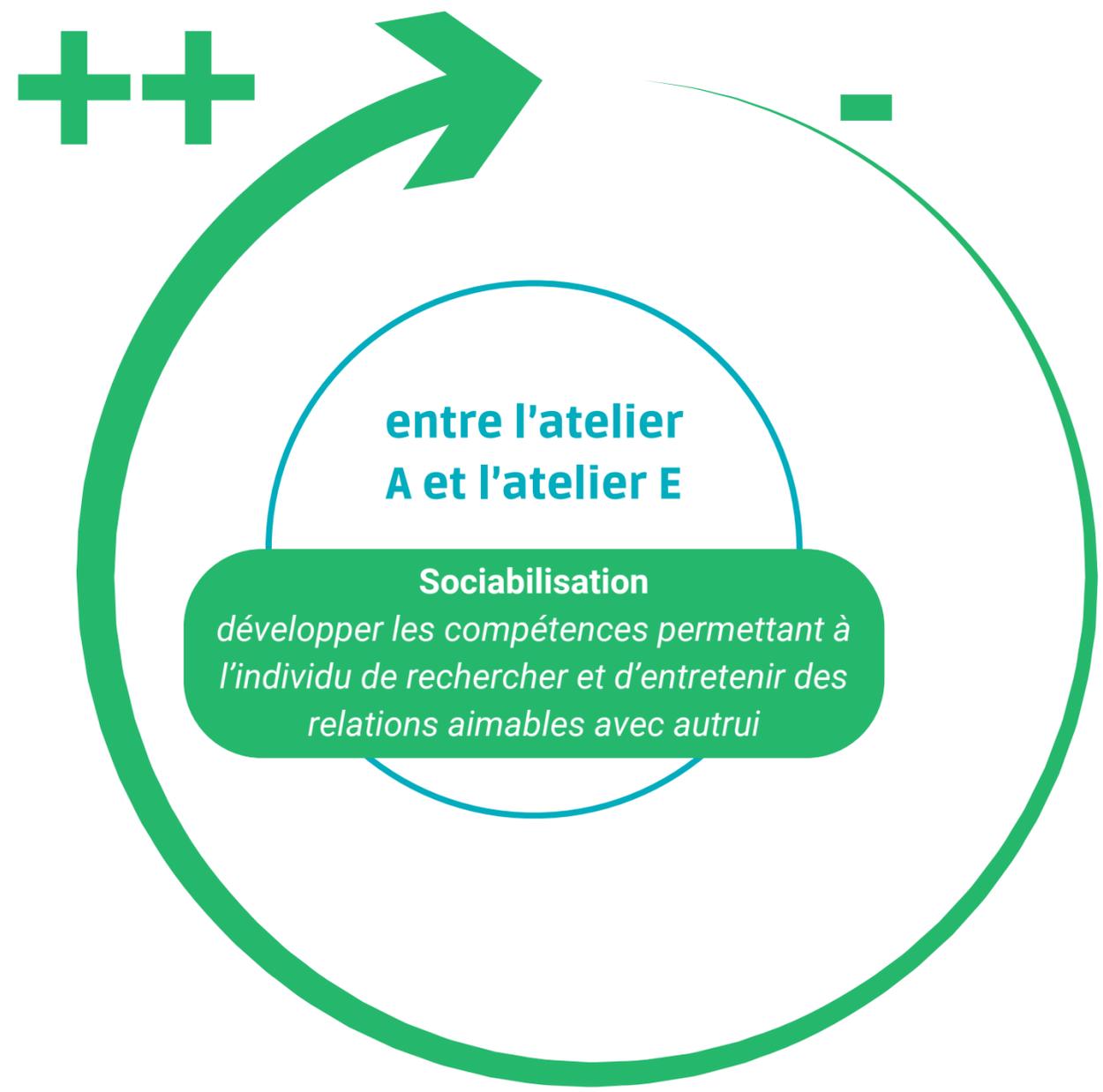
LES RESULTATS

du projet Cooking Class - 2023

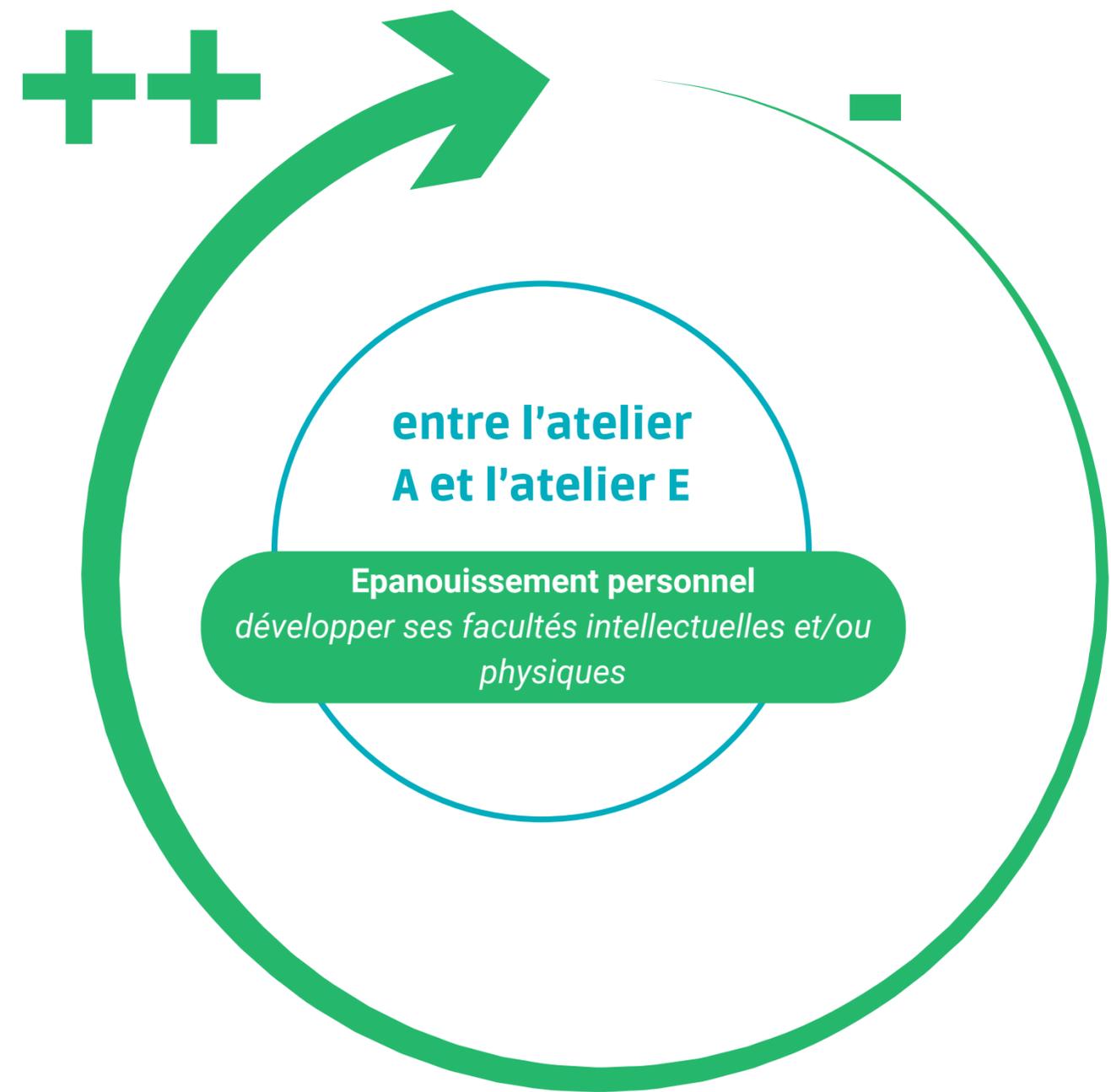




Des jeunes d'origines étrangères (Ukraine, Madagascar...) étaient présents dans les ateliers. Cela leur a permis de s'acculturer avec les valeurs et normes françaises (entre autre alimentaires et culturelles).



Au fur et à mesure de chacun des ateliers, et entre le début et la fin du cycle des cookings class, nous avons pu constater des évolutions positives en terme de sociabilisation, en particulier pour les jeunes participants réguliers (cohésion, communication verbale...)



Au fur et à mesure de chacun des ateliers, et entre le début et la fin du cycle des cookings class, nous avons pu constater des évolutions positives en terme d'épanouissement personnel - autant des participants que des bénévoles ou animatrices (motivation, créativité, confiance en soi, estime de soi, efficience..), et quelque soit la fréquence de participation aux ateliers



Au fur et à mesure de chacun des ateliers, et entre le début et la fin du cycle des cookings class, nous avons pu constater des évolutions positives en terme de culinarité quelque soit la fréquence de participation aux ateliers. En fonction des contenus pédagogiques proposés et/ou des échanges entre participants et/ou avec les animatrices, les 4 dimensions de la culinarité étaient plus ou moins abordées. Il est à noter que la dimension qualité (entre autre sur le critère nutritionnel) a peu été abordé car les ateliers n'avaient pas cette priorité au vue du public.

SYNTHESE

2023



- 6 à 10 participants en moyenne / atelier
 - 100% d'étudiants en situation de précarité
 - entre 18 et 24 ans
 - majoritairement des femmes (1 à 2 hommes/ateliers maximum)
- 2 à 3 bénévoles ésopiennes pour les accueils et les désinstallations
 - 100% > à 60 ans
 - 100% femmes
- Ateliers culinaires de 3h30
- 5 ateliers culinaires sur le cycle soit 17h30 d'animation
- 4 thématiques différentes :
 - 2 ateliers sur les 4 dimensions de la culinarité
 - 1 atelier sur la convivialité de saison
 - 1 atelier sur un menu ukrainien : coconstruit et coanimé avec le participant ukrainien et sa tante (recettes ukrainiennes, liste de courses...)
 - 1 atelier sur la fête de la musique et l'été
- 4 Axes de transitions et changements de comportements
 - Socialisation
 - Sociabilisation
 - Epanouissement personnel
 - Culinarité
- 100% de satisfaction = participants, bénévoles ésopiennes et animatrices de la coopérative d'utilité sociale Cresna

MERCI d'avoir participé !

Contacts :

Delphine FAUCON

*coordinatrice de projets d'accompagnement des transitions de
comportements alimentaires & mieux-être, éducatrice du goût*

delphine.faucon@cresna-intermediation.com

www.cresna-intermediation.com

www.solidoume.fr

