

Le programme « Les Brigades culinaires » de La table des chefs, une initiative québécoise d'éducation alimentaire, culinaire et nutritionnelle inspirante pour le reste du Canada

Marie Marquis, Dt.P., Ph. D.

Volume 17, Number 2, Fall 2019

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/1066314ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/1066314ar>

[See table of contents](#)

Publisher(s)

Ordre professionnel des diététistes du Québec

ISSN

2561-620X (digital)

[Explore this journal](#)

Cite this article

Marquis, M. (2019). Le programme « Les Brigades culinaires » de La table des chefs, une initiative québécoise d'éducation alimentaire, culinaire et nutritionnelle inspirante pour le reste du Canada. *Nutrition Science en évolution*, 17(2), 33–35. <https://doi.org/10.7202/1066314ar>

LE PROGRAMME « LES BRIGADES CULINAIRES » DE LA TABLE DES CHEFS, UNE INITIATIVE QUÉBÉCOISE D'ÉDUCATION ALIMENTAIRE, CULINAIRE ET NUTRITIONNELLE INSPIRANTE POUR LE RESTE DU CANADA

Marie Marquis, Dt.P., Ph. D., Directrice du Département de nutrition, professeure titulaire, Faculté de médecine, Université de Montréal



La perte des compétences culinaires des jeunes est un sujet d'actualité incluant des concepts de plus en plus élaborés qui invitent à explorer le thème de la cuisine dans toute sa complexité^[1-3]. Les changements sociaux sous-jacents à cette préoccupation sont multiples : la difficulté des parents à concilier travail et famille, limitant l'exposition des enfants aux activités de préparation culinaire, la fréquence des repas pris hors domicile, la consommation accrue de mets prêts-à-assembler, prêts-à-cuire ou prêts-à-manger ainsi que le nombre limité d'occasions de développer les compétences culinaires au sein du système d'éducation. Ainsi, au Qué-

bec, déjà en 2004, dans le cadre de l'Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois^[4], Lise Bertrand écrivait :

« Les résultats mettent aussi en exergue l'impact négatif de l'abandon des programmes éducatifs en nutrition dans le milieu scolaire. Les jeunes ne reçoivent en effet plus de notions de base sur les aliments ; ils ne sont pas conscientisés sur les pratiques de transformation des aliments ni sur les pratiques de marketing qui les visent. On remarque, chez les jeunes parents, une absence grandissante des habiletés sur le plan culinaire qui leur permettrait d'assurer une alimentation équilibrée à leur famille et qui leur permettrait

aussi de transférer ces connaissances à leurs enfants... Les renseignements transmis à l'école ne le sont que de manière ponctuelle. Les milieux de la santé, de l'éducation et de la production alimentaire semblent avoir relégué leurs responsabilités éducatives à l'industrie alimentaire et aux médias. Un sérieux virage s'impose donc afin de remettre l'éducation des enfants sur le plan alimentaire à l'ordre du jour. »

Aussi, en 2010, le gouvernement canadien documentait des initiatives inspirantes sur ce sujet. Puis en 2017, dans la foulée des multiples discours et prises de paroles entourant les compétences culinaires des jeunes^[5], le gouvernement du Québec jugeait

34 qu'il était prioritaire d'offrir aux jeunes des cours sur l'alimentation. Cette priorité correspond à un objectif (1.1.3) de la Politique bioalimentaire du Québec intitulé : « Soutenir le développement des connaissances et des compétences alimentaires et culinaires des Québécois en milieu scolaire »^[6].

Le programme « Les Brigades culinaires » de la Tablee des chefs est l'une des initiatives québécoises visant à répondre à cette problématique. Il est offert comme activité parascolaire dans les écoles secondaires du Québec.

Le programme « Les Brigades culinaires » de la Tablee des chefs

Par l'entremise d'ateliers culinaires théoriques et pratiques et d'activités de préparation et d'organisation de défis culinaires, le programme a pour **principal objectif** de développer l'autonomie alimentaire des jeunes âgés de 12 et 17 ans par l'acquisition de compétences culinaires et de connaissances en alimentation.

Le programme comporte les objectifs spécifiques suivants :

- > Permettre aux jeunes de devenir des agents de changement dans leur milieu et les impliquer dans la démarche d'adoption de saines habitudes de vie de leur école ;
- > Inciter les jeunes à participer à la vie scolaire à travers des défis culinaires ;
- > Sensibiliser les jeunes à la diversité alimentaire des différentes cultures, les impliquer activement face à la saine alimentation dans leur école et éveiller leur conscience face aux besoins des organismes de dépannage alimentaire de leur communauté.

Présentation du programme

Le programme a d'abord été déployé en 2012 à titre de projet pilote pour en démontrer la faisabilité dans les

écoles secondaires du Québec. L'intérêt, les connaissances et les aptitudes alimentaires des jeunes ont été évalués par diverses mesures avant et après cette phase de démonstration. Les résultats ont confirmé la pertinence du projet dans tout le Québec. Ainsi, dès 2013, le projet a été mis en œuvre chaque année sans interruption. Pour l'année 2018-2019, le programme Les Brigades culinaires était actif dans 145 écoles : 125 écoles de 17 régions du Québec et, pour la première fois, 20 écoles dans chacune des autres provinces du Canada.

Le programme comprend 20 ateliers culinaires pratiques et trois défis pour apprendre à cuisiner ainsi qu'approfondir des notions culinaires et nutritionnelles. Les défis comptent une corvée alimentaire destinée à un organisme communautaire, le développement d'une collation nutritive et l'organisation d'une foire culturelle. Chaque année, les ateliers se terminent avec une compétition entre brigades d'une même école à l'issue de laquelle les quatre meilleures brigades du Québec participent à une grande finale provinciale vivement attendue.

Sous l'animation d'un chef formateur qualifié, le programme permet aux jeunes d'apprendre les techniques culinaires de base et l'utilité des équipements les plus couramment utilisés en cuisine. Ces apprentissages leur permettent de réaliser des recettes simples et pratiques qu'ils pourront facilement intégrer à leur réalité quotidienne. Sensibilisés à l'importance d'avoir une saine alimentation au fil des ateliers, ils découvrent de plus un nouveau répertoire alimentaire.

Le contenu du programme est standardisé ; un guide complet du formateur précise les activités de chaque atelier (recettes) et les messages alimentaires et nutritionnels à transmettre. Au fil des années, le contenu des messages nutritionnels, les recettes et les critères de développement de recettes de collations

nutritives ont été validés par les diététistes/nutritionnistes d'Extenso, le centre de référence en nutrition.

Mesures d'évaluation des ateliers des Brigades culinaires

Depuis 2013, des instruments de mesure permettent d'évaluer l'atteinte des objectifs du programme avec des questionnaires autoadministrés que les jeunes remplissent au début de la saison (avant les ateliers, mesure pré) et après le dernier atelier (mesure post). Les mesures concernent les apprentissages culinaires, les connaissances techniques et nutritionnelles, les intentions comportementales et les retours d'informations vers la famille. Cette évaluation a fait l'objet d'une approbation éthique du Comité d'éthique de la recherche en santé de l'Université de Montréal. Les parents et les jeunes doivent donc exprimer par écrit leur consentement pour participer à cette collecte de données.

Au fil des années, des collectes de données complémentaires se sont ajoutées aux mesures d'atteinte des objectifs. Par exemple, des mesures des perceptions, inspirées de divers cadres théoriques, ont été ajoutées pour explorer qualitativement le sens donné par les jeunes au terme « cuisiner » ainsi que leur perception du végétarisme. Des données comportementales ont été intégrées en 2018 pour documenter leurs perceptions des normes sociales entourant la consommation de boissons par les jeunes de leur entourage et celles des facteurs limitant l'acte de cuisiner au sein des familles québécoises. Ces riches bases de données permettent la réalisation de projets de maîtrise en nutrition.

Limites et forces

Le principal défi de ce programme est de maintenir la participation des jeunes aux nombreux ateliers qui s'échelonnent chaque année d'octobre à mai. Si l'attrition est inévitable, la compréhension de ses causes



est prioritaire. Des mesures complémentaires axées sur les processus sont menées par une équipe de chercheurs en vue de comprendre les difficultés rencontrées par les écoles, les jeunes et les formateurs et les conditions gagnantes pour tout un chacun.

Avec le nombre croissant d'écoles et de provinces participantes, la logistique de déploiement des ateliers, prise en charge par une équipe de coordonnateurs de La Tablee des chefs, est un exercice de taille. La sélection des milieux, le recrutement des chefs formateurs et les considérations éthiques sont autant d'éléments complexifiant le déploiement d'un projet d'envergure.

Notons aussi que les mesures effectuées doivent être brèves pour favoriser un bon taux de réponse. Elles ne sont pas un test de connaissances, mais bien une mesure de la perception des apprentissages autorapportés par les jeunes. Finalement, un dernier défi, d'ordre social, est certainement l'importance de déployer le maximum d'efforts pour que le programme attire un plus grand nombre de participants masculins et davantage de participants avec un minimum d'expériences antérieures en cuisine.

Par ailleurs avec une moyenne de 12 jeunes par école, les banques de données sont considérables et riches en contenu. Si les mesures permettent de confirmer l'atteinte des objectifs, elles permettent aussi de documenter des thèmes contemporains et d'assurer un transfert des connaissances

vers différents acteurs, notamment les diététistes/nutritionnistes intervenant en santé publique.

Barrières et éléments facilitant l'utilisation

L'évaluation continue du programme des Brigades culinaires, la motivation des coordonnateurs de La Tablee des chefs à mener ces évaluations annuellement, la notoriété du programme et de ses ambassadeurs, le dynamisme des chefs formateurs, le bouche-à-oreille favorable des jeunes et des directions d'école à l'égard du projet, le support financier rendu possible par la participation de plusieurs partenaires (p. ex. Secrétariat à la jeunesse, Fondation McConnell) en sont les principales forces.

Éléments à retenir

Les Brigades culinaires représentent une initiative québécoise en milieu scolaire. Toutefois d'autres projets visant le développement des compétences culinaires, ciblant d'autres sous-groupes (enfants plus jeunes) ou privilégiant des approches différentes (p. ex. jardinage, technologie) sont à surveiller (voir le site du **Lab-École**)^[7]. Bien que ne pouvant intervenir auprès des jeunes dans chacun de ces programmes faute de ressources, les diététistes/nutritionnistes peuvent agir en amont comme partenaire pour réviser les contenus nutritionnels véhiculés et comme évaluateur des projets. Les collaborations universitaires en

prévision des évaluations sont des conditions facilitantes, car elles permettent l'intégration d'étudiants de différents cycles aux projets en place et assurent une rigueur méthodologique.

Perspectives

La Tablee des chefs envisage de poursuivre l'implantation des Brigades culinaires pour viser un total de 200 écoles en 2019. Le déploiement dans les autres provinces canadiennes va aussi s'intensifier au fil des années. Des efforts sont aussi consacrés à l'adaptation des contenus afin de rejoindre les clientèles des milieux autochtones. ■

Références

1. Food literacy: key concepts for health and education. Edited by Helen Vidgen. Great Britain: Routledge Studies in Food, Society and the Environment, 2016, 262 pages.
2. Chenhall C. Amélioration des compétences culinaires: Synthèse des données probantes et des leçons pouvant orienter l'élaboration de programmes et de politiques. [En ligne]. 2010a [cité le 11 novembre 2018]. Disponible : https://www.canada.ca/content/dam/hc-sc/migration/hc-sc/fn-an/alt_formats/pdf/nutrition/child-enfant/cfps-acc-synthes-fra.pdf.
3. Chenhall C. Amélioration des compétences culinaires : Aperçu des pratiques prometteuses au Canada et à l'étranger. Études de cas. [En ligne]. 2010b [cité le 11 novembre 2018]. Disponible: https://www.canada.ca/content/dam/hc-sc/migration/hc-sc/fn-an/alt_formats/pdf/nutrition/child-enfant/cfps-acc-profil-aperçu-fra.pdf.
4. Institut de la statistique du Québec. Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois, Volet nutrition, Québec, chapitre 5. [En ligne]. 2004 [cité le 11 novembre 2018]. Disponible: <http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/sante/enfants-ados/alimentation/enfants-ados-nutrition.pdf>.
5. Coalition Poids. Un trio de recommandations pour permettre aux jeunes de développer leurs compétences alimentaires et culinaires à l'école. [En ligne]. 2013 [cité le 11 novembre 2018]. Disponible : http://www.cqpp.qc.ca/documents/file/2013/Trio-recommandations-competences-alimentaires-culinaires-ecole_2013-04.pdf.
6. Gouvernement du Québec, MAPAQ. Politique bioalimentaire 2018-2015-Alimenter notre monde. [En ligne]. 2018 [cité le 11 novembre 2018]. Disponible: <https://www.mapaq.gouv.qc.ca/fr/Publications/PolitiqueBioalimentaire.pdf>.
7. Lab-École. [En ligne] [cité le 11 novembre 2018]. Disponible: <https://www.lab-ecole.com/>.