

Apprendre la cuisine à l'école, un atout pour la vie

 courrierfrontenac.qc.ca/2019/05/20/apprendre-la-cuisine-a-lecole-un-atout-pour-la-vie

19 mai
2019



Afin de bien préparer ses élèves à la vie autonome, l'école AS Johnson High School St.Patrick's Elementary tient une fois par semaine, et ce, depuis mars, des ateliers de cuisine en collaboration avec la fondation La Table des Chefs.

Chaque mercredi, Guillaume Gamache offre des cours à une dizaine de jeunes de 14 à 16 ans afin de leur apprendre tout ce qui entoure la cuisine. «Un enseignant de l'école, Dany Castonguay, m'a approché pour voir si ça m'intéressait. J'ai été enchanté par l'idée alors j'ai décidé de donner un petit coup de main aux élèves pour leur transmettre cette passion et leur donner un moyen de mieux consommer. L'objectif est aussi de les conscientiser à un mode de vie sain», explique celui qui a suivi un cours en gestion de la restauration et qui a travaillé dans différents restaurants de la région.

Ce dernier aime bien l'expérience et dit avoir créé de bons liens avec les jeunes. «Outre la cuisine, on traite aussi des éléments comme l'hygiène, la santé, la sécurité, la planification et les achats.»

Michelle Mathieu, coordonnatrice à l'école, confirme que La Tablée des Chefs va bien au-delà de la cuisine. «Guillaume a une belle énergie et les jeunes ont embarqué. Il leur montre comment bien acheter ses aliments. Par exemple, l'autre jour, il leur expliquait qu'il était préférable de prendre le fromage en bloc et de le râper eux-mêmes. D'une manière, cela ajoute un élément instructif en économie», affirme-t-elle.

Une expérience pour le futur

Chaque semaine, les participants préparent une recette différente. «Ça leur apprend à devenir plus autonomes parce que bientôt ils seront en appartement. Ils ont aussi acquis des notions au sujet du nouveau guide alimentaire. Le dernier atelier, ce sera leur propre création, soit une poutine santé», souligne Nataly Giroux, enseignante.

Antonin Laliberté et Olivier Donovan-Boucher sont deux des élèves participant aux ateliers. «C'est une bonne expérience. Guillaume nous a donné beaucoup de conseils, dont comment faire les achats et sélectionner la bonne nourriture», raconte Olivier.

Même son de cloche du côté d'Antonin. «Nous préparons des repas équilibrés. Ça élargit nos connaissances et ça nous sera utile pour le futur.»

Une aide précieuse

Mme Mathieu a travaillé à trouver des commanditaires afin que la tenue de cette activité soit possible. «Avec deux participantes, nous sommes notamment allées rencontrer le directeur de la Caisse Desjardins qui a donné 500 \$. C'était important que des élèves soient impliquées là-dedans.»

Le programme LEARN et la Corporation de développement de la communauté d'expression anglaise de Mégantic (MCDC) ont également contribué financièrement à la tenue de ces ateliers.

Depuis sa fondation en 2002, la mission de La Tablée des Chefs est de nourrir les personnes dans le besoin et de développer l'éducation culinaire des jeunes. Plus de 30 000 d'entre eux ont bénéficié de formations culinaires dans les écoles secondaires et les centres jeunesse par le biais des programmes Les Brigades Culinaires et Cuisine ton avenir.