

MIAM, «Manger intelligent, acheter malin» : des idées à croquer !

Financement :

40 860 euros

Durée du projet :

21 mois

Le projet vise, par une démarche participative de promotion de la santé, à favoriser l'adoption de comportements alimentaires « sains » chez les adolescents, en élaborant avec eux des menus en concordance avec leurs attentes et avec les recommandations nutritionnelles, améliorant ainsi l'offre alimentaire à proximité de leurs lieux de vie.

L'adolescence constitue une phase de reformulation des préférences alimentaires, durant laquelle les jeunes doivent composer avec des normes parfois contradictoires : santé versus hédonisme, autocontrôle versus sociabilité... Les expériences extra-familiales prennent de l'ampleur et la référence au groupe de pairs devient incontournable dans la recherche de nouveaux goûts et de nouvelles modalités de consommation alimentaire. Un affranchissement progressif des lieux institutionnellement assignés à cette consommation est généralement constaté, avec une multiplication des lieux de restauration, en particulier hors domicile. Ainsi se dessine une nouvelle géographie de la consommation que les adolescents explorent et s'approprient.

Un label MIAM, «Manger intelligent, acheter malin » a d'ores et déjà été créé par l'IREPS Rhône-Alpes, en partenariat avec le service santé publique de la ville d'Annecy, la Mutualité Française Rhône-Alpes et la MGEN 74, avec le soutien financier de la région Rhône-Alpes. Il est actuellement expérimenté dans une dizaine de restaurants annéciens aux alentours des établissements scolaires. Son cahier des charges permet aux commerçants d'adapter les repères de consommation du PNNS à la restauration rapide tout en conservant son attractivité auprès des jeunes.

Le projet « MIAM : des idées à croquer ! » vise à impliquer les adolescents dans la mise en œuvre et l'extension de ce label à d'autres territoires, en élaborant avec eux des menus MIAM correspondants à leurs goûts et leurs attentes. S'inscrivant dans une démarche de promotion de la santé participative, le projet a pour objectif de leur permettre d'adopter des comportements alimentaires "sains", en proposant une offre alimentaire à proximité de leurs lieux de vie en cohérence avec les recommandations nutritionnelles.

Des ateliers seront proposés aux jeunes de certains lycées professionnels, centres sociaux et Maisons des jeunes et de la culture de la Drôme, l'Ardèche, la Savoie et la Haute-Savoie. Ils seront l'occasion d'échanger avec eux sur leurs représentations, leurs pratiques et leurs attentes en matière d'alimentation, et de leur apporter des connaissances et savoir-faire. Les menus réalisés lors des ateliers pratiques seront testés et sélectionnés par un jury composé de jeunes, de professionnels participant au projet et de restaurateurs locaux, et figureront dans un livret de recettes régional qui constituera un outil pour les enseignes de restauration rapide désireuses d'obtenir le label MIAM.

Porteur et partenaires principaux :

Projet coordonné par l'Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé Rhône-Alpes