



ALIMENTATION DURABLE AU PROGRAMME DES COURS SUR LE CAMPUS DU CERIA

*Centre d'Information et de Recherche sur les Intolérances et l'Hygiène Alimentaires
(CIRIHA)*

Actif dans une kyrielle d'initiatives, le CIRIHA a souhaité, dans le cadre de l'appel à projets « alimentation durable », créer une équipe pluridisciplinaire capable d'intégrer l'alimentation durable sur le campus du CERIA et ce, de façon transversale, c'est-à-dire en impliquant plusieurs écoles.

Comment l'alimentation durable s'est-elle invitée dans le cursus ? Tout a commencé par des actions de sensibilisation (jeu sur l'empreinte écologique, visite de potager...), qui se sont poursuivies par des expérimentations pratiques en cours. Ainsi, les étudiants en diététiques ont élaboré un menu végétarien et amélioré (au niveau de la durabilité) un menu « traditionnel », avant de se lancer dans un concours du meilleur menu durable (entrée, plat, dessert). Et parce qu'il n'y a rien de tel que le travail d'équipe, les futurs chefs ont œuvré en collaboration étroite avec la section diététique et se sont fournis auprès de l'école d'horticulture, tous étant voisins de campus. Après échanges et réajustements (les cuisiniers ont mesuré leurs ingrédients au gramme près pour suivre les recommandations des diététiciens !), le menu gagnant a été servi au restaurant d'application de l'école, La Rotonde, fréquenté par le public bruxellois.

Le projet s'est terminé dans la fête par un événement de clôture. Au programme : conférences, infos et repas bien sûr, avec, à la carte, le menu gagnant et à table, les participants au projet, des consultants, diététiciens, chef de cuisine, etc. De quoi promouvoir le travail des élèves en toute convivialité !



Les apprentis chefs au plus près de leurs ingrédients

CONTEXTE

Le CERIA est un campus qui regroupe plusieurs écoles. Le CIRIHA est installé au sein du département de diététique et nutrition appliquée de l'**Institut Arthur Haulot** (Haute École Lucia De Brouckère). Les **Instituts Émile Gryzon et Roger Lambion** forment aux divers métiers de l'hôtellerie et l'**Institut Redouté Peiffer** possède une section horticulture.



UN BRIN DE MÉTHODE

Le projet s'est mené en trois temps :

1. **Sensibilisation** : visite de jardins, conférences, découverte de menus végétaliens et végétariens de saison ;
2. **Expérimentation** : mise en pratique des principes d'alimentation durable pendant les cours ;
3. **Événement** de clôture : réalisation d'un menu durable et diffusion du projet auprès d'un public professionnel.

La proximité des quatre établissements a permis la **transversalité** du projet : les étudiants en hôtellerie se sont fait conseiller par ceux en diététique (en tenant compte des valeurs nutritionnelles mais aussi gustatives, pour que le plaisir reste au rendez-vous) et se sont fournis en fruits et légumes auprès de l'école d'horticulture. Cette équipe pluridisciplinaire pourra servir de référence en matière d'alimentation durable sur le campus.

Le choix d'une classe de milieu de cursus a été motivé par l'espoir d'un **effet « boule de neige »**. Explication : les élèves et professeurs sensibilisés pourront transmettre leur expérience aux autres classes pour lancer la pérennité du projet.

Des outils informatiques ont été testés afin de comparer l'alimentation durable et non durable en matière d'impact environnemental et de coût financier.

En phase d'expérimentation, la transformation de menus conventionnels en menus durables s'est faite par étapes, en s'appuyant sur les piliers de l'alimentation durable :

- produits frais, locaux, de saison, issus d'un circuit court (l'idéal étant la production du campus, comme celle de l'école Redouté Peiffer) ;
- variété et équilibre, grâce à la collaboration entre les diététiciens et les cuisiniers ;
- qualité et goût, grâce aux connaissances des professionnels intégrés dans le projet ;
- protéines végétales à l'honneur.

RÉALISATIONS

- La **journée de clôture** était le point d'orgue d'une année riche en défis. Après quelques conférences et la présentation du projet, les étudiants ont eu la joie de pouvoir servir le menu gagnant du concours.
- Les élèves ont testé **plusieurs recettes**, comme un « ragoût de légumes, lentilles », un « filet de dinde caramélisé au miel et purée de potiron » ou une « verrine de pommes caramélisées et son fromage blanc »... Miam !
- Les meilleures recettes des étudiants seront présentées dans un **livret** (en cours de réalisation). Celui-ci inclura des infos pratiques sur l'alimentation durable, l'équilibre alimentaire...
- Des **actions de sensibilisation** ont été menées dans les différentes écoles. Les activités étaient variées, attractives et adaptées à chaque public. La disponibilité des outils a rendu ces actions peu coûteuses.
- De véritables **échanges** sont nés entre les différentes écoles du campus.

Le menu gagnant

- Gnocchis fondants de potiron et leur sauce au cresson, parsemés de parmesan
- Pavé de saumon à la florentine accompagné de sa pomme Macaire
- Cheese-cake aux pommes Elstaes et spéculoos



BILAN

Constituer une équipe pluridisciplinaire a créé des échanges entre les différentes disciplines. Cette collaboration a permis à chacun de faire évoluer ses compétences.

La motivation de chacun a permis de sensibiliser un large public.

Les actions de sensibilisation ont été bien accueillies dans chaque école, preuve qu'il est possible d'induire des changements de comportements.

Globalement, cette expérience pilote a mis en valeur la volonté qui existe sur le campus du CERIA de s'investir dans le changement.

Grâce à l'effet « boule de neige » (transmission de l'expérience aux classes suivantes), le CIRIHA compte installer un tutorat à long terme.



Quand on veut le meilleur de la terre, on n'est jamais si bien servi que par soi-même !

CONSEILS POUR FAIRE PAREIL

Pouvoir s'adapter : aux idées qui naissent en cours de route et aux contraintes (ex : périodes de culture de l'école horticole, obligation de suivre le programme pédagogique...).

Étaler la réalisation du projet sur deux années académiques permet un travail de fond : les notions de base apprises la première année sont approfondies et mises en application l'année suivante.

L'événement de clôture permet de diffuser l'expérience vers une cible plus vaste (consommateurs et restaurateurs). Attention toutefois à inviter les restaurateurs à un moment creux pour s'assurer de leur présence.

LA SUITE

L'effet « boule de neige » est enclenché ! Les participants, hyper motivés, contribuent à développer et ancrer le concept sur le campus du CERIA, auprès des établissements participants mais aussi **d'autres partenaires** du campus (nouvelles sections hôtelières, services administratifs responsables des commandes...).



Par ailleurs, deux étudiantes en diététique ont entamé un travail de fin d'études sur les déchets et le gaspillage alimentaires au sein de la cantine scolaire du campus. C'est certain, la boule de neige fait son chemin.

Toutefois, la continuité du projet nécessitera quelques actions :

- engager une personne à temps plein pour assurer la liaison entre les divers acteurs (fonds à dégager) ;
- fixer de nouveaux objectifs pour faire évoluer les formations des métiers de bouche sur le campus et le comportement citoyen des étudiants ;
- étudier les possibilités offertes par les divers fournisseurs (conventionnels VS durables, possibilité de commandes communes...).

En attendant, les actions de sensibilisation au sein des différents instituts se poursuivent avec succès, de même que les collaborations entre les établissements, qui ont **systematisé l'introduction des notions de développement durable dans les cours.**



Un velouté de potiron tellement durable qu'il ne nécessite même pas de soupière !

L'ANECDOTE

Pas toujours facile de compter sur la production du cru. Dépendants des capacités de l'école horticole, les élèves ont été un jour à court de légumes. L'équipe du CIRIHA s'est donc retrouvée à transporter 20 Kg de légumes dans le métro bruxellois. C'est aussi ça, le travail d'équipe !

PORTEUR DE PROJET

- Haute École Lucia de Brouckère – Département diététique – CIRIHA – Avenue E. Gryzon, 1 (bât.4C, RDC), 1070 Bruxelles
- Responsables du projet : Patrick Dyssele (Directeur-président de la Haute École Lucia de Brouckère), Ghislaine Dufourny (Responsable du CIRIHA)
- Contact : 02 526 74 95, dyssele@meurice.heldb.be, gdufourny.ciriha@heldb.be

