



Communiqué de presse
Bruxelles, le 18 octobre 2022

De meilleures habitudes alimentaires pour 40.000 enfants en 5 ans grâce à Delhaize et GoodPlanet Belgium !

**67% des « enfants GoodCook » veulent augmenter leur
consommation quotidienne de fruits et légumes**

Des petites mains qui découvrent, touchent, coupent, pèlent. Et surtout, des papilles qui goûtent, savourent ! Cette année, le projet GoodCook fête ses 5 ans. Depuis mars 2017, GoodPlanet Belgium, en partenariat avec Delhaize, a créé le programme GoodCook pour initier les élèves de 8 à 12 ans à une alimentation saine et durable. Cinq ans plus tard, les objectifs sont atteints en touchant plus de 40.000 enfants et leurs familles.



« Bien manger ». Quoi ? Comment ? L'alimentation saine s'apprend dès le plus jeune âge. Les bons réflexes, les envies, les goûts se développent très tôt... Les enfants d'aujourd'hui sont les consommateurs de demain. A nous de les initier à la nourriture saine, locale et de saison. C'est pour cela que Delhaize a fait appel aux connaissances

pédagogiques et environnementales de GoodPlanet afin de développer le projet GoodCook. GoodCook, c'est un large programme d'ateliers ludiques et pédagogiques durant lesquels chaque enfant enfle son tablier et vient sentir, toucher, goûter et surtout cuisiner... C'est en expérimentant que les enfants découvrent l'étendue et la richesse des fruits et légumes de nos régions, qu'ils prennent conscience de l'impact de leur alimentation sur leur santé et sur l'environnement. GoodCook, c'est un atelier autour des fruits et légumes qui s'est invité dans plus de 1800 classes (de la quatrième à la sixième primaire) en 5 ans. L'enthousiasme des élèves et des enseignants n'a fait que grandir et a encouragé ce partenariat à se poursuivre !

GoodCook impacte positivement les habitudes alimentaires

Nous avons pu mesurer pendant ces 5 années, l'impact de ces ateliers sur les connaissances et les habitudes alimentaires des élèves au travers d'enquêtes avant et après les ateliers. Les connaissances des élèves sur les fruits et légumes de saison s'améliorent fortement (exemple : 31% des élèves savaient que la courgette est un légume d'été avant l'atelier GoodCook contre 68% après*). Les élèves ont intégré l'importance d'augmenter leur consommation journalière de fruits et légumes et 67% d'entre eux ont la volonté de le faire après l'atelier GoodCook*. Quand on sait que seulement 12% de la population âgée de 6 ans et plus** consomme la quantité quotidienne recommandée de fruits et légumes...c'est une sacrée victoire !

Cuisinons avec nos enfants !

Nous savons aussi qu'impliquer ses enfants dans la préparation des repas est une partie de la solution. Cela favorise des comportements alimentaires sains, particulièrement en ce qui concerne la consommation de légumes. Les élèves qui participent aux ateliers GoodCook repartent à la maison avec un livret de recettes afin de pouvoir reproduire à la maison les bonnes habitudes apprises pendant les ateliers. Plus de 90% des élèves le montrent à leurs parents et plus de 70% réalisent une recette à la maison*. Tous ces chiffres montrent l'efficacité du programme GoodCook et nous motive à le poursuivre et à la renforcer.

Pour aller plus loin....

Les professeurs sont très satisfaits de cet atelier et expriment clairement leur volonté d'aller plus loin avec leurs élèves sur la thématique de l'alimentation durable.

C'est donc ce que nous proposons depuis octobre 2021, avec le nouvel atelier GoodCook Quest. Les élèves se transforment en chevaliers et partent à la quête de l'alimentation durable : ils découvrent comment utiliser le Nutri-Score, comment réduire le gaspillage alimentaire, quels liens existent entre les emballages en plastique et la pollution des océans, comment bien lire les étiquettes des produits alimentaires, ils partent à la découverte du monde merveilleux des protéines végétales.... Après avoir relevés tous ces défis, ils cuisineront des collations saines et durables et seront couronnés chevaliers de la Table Saine !

Et pour ancrer tous ces apprentissages et augmenter l'impact de ce projet, nous avons développé une plateforme de challenges, qui est mise à disposition des professeurs depuis octobre 2022. Après avoir vécu l'atelier GoodCook Quest, les professeurs avec leurs élèves peuvent continuer l'aventure en relevant des défis ludiques et simples pour agir ensemble pour une alimentation plus saine et plus durable !

**enquête menée entre 2017 et 2022 sur environ 12.000 élèves (environ 30% de taux de réponse à nos enquêtes)*

***Drieskens S, Charafeddine R, Gisle L. Enquête de santé 2018: Habitudes nutritionnelles [Internet]. Bruxelles, Belgique: Sciensano. Available from: <https://www.sciensano.be/fr/projets/enquete-de-sante>*

GoodPlanet

GoodPlanet inspire et encourage toutes les générations à vivre durablement. Pour une planète saine, pour tous, pour aujourd'hui et demain.

Grâce à nos projets, nos campagnes et nos animations, nous diffusons nos connaissances et plantons des graines de changement. Pour GoodPlanet, l'éducation joue un rôle essentiel dans la transition vers une société plus durable. C'est pourquoi nous nous concentrons depuis plus de 20 ans sur les enfants et les jeunes. GoodPlanet est ainsi devenue un partenaire privilégié des organismes et entreprises qui revendiquent activement un rôle sociétal engagé. Chaque année, nos 100 employés et nos dizaines de bénévoles inspirent et motivent plus de 500 000 enfants, jeunes et adultes dans toute la Belgique.

Le Lion's footprint de Delhaize

The Lion's footprint est un plan d'action ambitieux que Delhaize veut mener sur tous les fronts pour réduire son empreinte écologique. Il s'articule autour de trois grands axes : la réduction du plastique, la réduction du gaspillage alimentaire et la neutralité carbone. Rendez-vous sur www.delhaize.be/thelionsfootprint pour découvrir les actions et les engagements de Delhaize.

Photos et informations complémentaires

Vous trouverez des photos de la conférence de presse sous le lien suivant : <https://we.tl/t-ptOR9R2MJS>

A utiliser avec le crédit de ©GoodPlanet Belgium.

Vous souhaitez faire un reportage ? GoodPlanet et Delhaize vous offrent la possibilité de participer à un atelier GoodCook. Pour cela, veuillez contacter le service de presse de GoodPlanet.

Contact

GoodPlanet Belgium

Kerry Dablon- Communication Manager - k.dablon@goodplanet.be - 0471 70 46 36

Delhaize

**Karima Ghozzi – External Communications Manager – kghozzi@delhaize.be –
0485 12 77 79**

www.goodcook.be