

Appel à projet 20/21

Garantie d'activité

Fiches annexes

Ateliers Parcours
d'Insertion

Lever les freins à l'emploi

Atelier autour de l'emploi : Je mange mais je bouge

Contexte

Les faibles revenus des bénéficiaires du RSA les conduisent parfois à privilégier les plats surgelés, la restauration rapide et des aliments redondants telles que les pâtes et les pommes de terre. Face aux problèmes d'obésité, d'hypertension et de diabète, l'éducation alimentaire ou encore thérapeutiques sont une des démarches correctives. Cet atelier initie aux bonnes pratiques culinaires par la réalisation de recettes équilibrées, simples et économiques intégrant les produits locaux et en apprenant à adapter son alimentation à sa pathologie. C'est aussi l'opportunité de créer des liens par l'échange de pratiques et restaurer leur pouvoir d'agir sur leur insertion.

Thématiques à aborder

Cuisine pédagogique et inclusive

Les produits locaux

Apport nutritif et calorique des produits locaux
et réalisation recettes (ludiques)
Astuces pour des économies

Santé et prévention

Mode de cuisson et santé
Malbouffe et santé
Echanges et réajustements de pratiques culinaires sans jugement,
Intérêts de la pratique du manger/bouger
(astuces pratiques, entraînement pleine nature)

Dialogue libre entre participant favorisant
l'entraide et la relance du pouvoir d'agir
(santé, parents -enfants, quotidien, actualité)
Remise de la fiche recette

Evaluation et valorisation des acquis
Aide mémoire, questions, réponses, bonnes pratiques

Publics cibles : bénéficiaires du RSA et conjoint soumis aux droits et devoirs, avec des problèmes d'entrain, d'équilibre alimentaire faisant obstacle à la relance de leur parcours d'insertion. Tous bénéficiaire du RSA positionné sur une place financée par le Conseil Départemental doit être orienté par son antenne d'insertion en amont de son intégration.

Objectifs

- ⇒ Retrouver le goût de cuisiner
- ⇒ Redécouvrir la notion d'équilibre alimentaire avec des produits locaux; Manger mais avoir le réflexe bouger
- ⇒ S'approprier une alimentation en lien avec une pathologie
- ⇒ Découvrir les économies réalisées en cuisinant et des astuces petits budgets
- ⇒ Créer du lien, rompre l'isolement

Indicateurs souhaités :

1. Volume des bénéficiaires du RSA passés sur l'action et typologie des entrées
2. Volume de rencontres avec le bénéficiaires du RSA – respect de la fréquence, volume de bénéficiaires du RSA accompagnés dans l'accès aux droits et/ou en démarche de soins
3. Réactivité des retours d'informations auprès du référent unique, délais de prise en charge du bénéficiaire du RSA post prescription
4. Résultats des sorties, nombre de suite de parcours pertinents proposées et adhésion des bénéficiaire à celles-ci



Boulevard du Gouverneur Félix Eboué
97100 BASSE TERRE

Téléphone : 05 90 99 77 77
Ligne directe : 05 90 99 77 27
Courrier : dgai@cg971.fr

CONSEIL DEPARTEMENTAL
DE GUADELOUPE

Réussir son insertion
professionnelle à tous âges