



Parcours sensoriel

PUBLICS : tous publics—enfants à partir du CE1.

LIEU : grande salle équipée de plusieurs tables (îlots)

DURÉE : 2h

OBJECTIFS

- Développer la sensibilité et l'esprit critique.
- Elargir la palette sensorielle de chacun et donner envie de découvrir de nouvelles saveurs.
- Apporter du vocabulaire pour permettre d'exprimer ses sensations.
- Mettre en évidence le rôle des 5 sens dans l'alimentation.

DÉROULEMENT

Le parcours sensoriel démarre avec **une introduction** sur les fonctions de l'acte alimentaire : **pourquoi on mange ?**

L'animateur propose ensuite **5 ateliers** menés en sous-groupes de façon semi-autonome (certains ateliers demandent la présence d'un adulte).

Les différents ateliers permettent de souligner le **rôle de chacun de nos sens grâce à des petits tests sensoriels**.

Une fiche d'activité est proposée aux participants pour faciliter la prise de notes.

Dans un troisième temps, **une mise en commun** permet d'échanger sur ses ressentis, ses découvertes, voire ses surprises.

Enfin, en conclusion, **une dégustation** est proposée aux participants pour mettre en évidence le rôle des 5 sens et les différences inter-individuelles sur un même aliment.

En fonction du souhait de l'organisateur et des conditions d'animation, il est possible de poursuivre le parcours sensoriel avec un atelier cuisine.



LES POINTS FORTS !

- Le parcours sensoriel peut être adapté à tous les publics.
- Il peut également être construit autour d'une thématique ou d'un aliment (*ex : la cuisine indienne, le pain, la pomme, etc...*)
- Enfin, le parcours sensoriel peut être la première étape d'un travail de plusieurs séances, notamment pour faciliter la rencontre entre les personnes d'un groupe amenées à se revoir.

Contactez-nous

✉ contact@lessensdugout.fr
☎ 03 27 29 22 22