



RAT'PID

Combiner alimentation, plaisir et santé à petit prix

Étudiantes en **BTS diététique** au lycée Villon (anciennement Rabelais) - PARIS
Adresse mail : ratpid.diet@gmail.com

Introduction

Dans le cadre d'un travail en collaboration avec le CERIN/CNIEL pour mieux cerner la **précarité alimentaire**, les étudiants en **BTS diététique du lycée Villon** (anciennement Rabelais) ont exploré ce thème, puis ont développé et diffusé des éléments d'information et des conseils ciblés pour les étudiants.

Matériel et méthode

1. Intervention de Caroline RIO*, diététicienne-nutritionniste au CERIN, sur le thème de la précarité alimentaire (en lien avec le référentiel de formation : « adapter l'alimentation à différentes situations physiologiques, économiques, culturelles et culturelles »).
2. Etat des lieux et analyse des outils existants : livres de cuisine, sites web, dossiers et articles.
3. Travail réflexif sur ce que les TP Activités Technologiques d'Alimentation ont apporté aux étudiants en 1ère année et ce qu'ils sont capables de transmettre.
4. Travail en sous-groupes, pour concevoir l'architecture et le contenu du compte Instagram, l'animation et le suivi.
5. Mise en pratique lors du Stage à thème optionnel par l'une des étudiantes dans un site de la Croix Rouge Française, où elle a proposé des dégustations et a partagé des recettes tirées du compte Instagram avec des personnes en situation de précarité.

*rédactrice newsletter « Alimentation, Santé & Petit Budget »

Objectifs

Conjuguer **plaisir** et **équilibre alimentaire** avec un **petit budget**.

Construire un dispositif permettant de relayer des éléments d'éducation alimentaire et des conseils pratiques afin d'inciter les étudiants à cuisiner et à varier leur alimentation.

Résultats

Les questions qui ont émergé :

- Comment **rendre accessibles** les recommandations du PNNS et **faciliter** la préparation des repas avec peu de moyens ?
- Comment répondre aux **problématiques matérielles** (temps, budget, équipement, espace...) auxquelles les étudiants sont confrontés en se positionnant comme "déviant positifs".

L'idée de créer un **compte Instagram** a rapidement fait l'unanimité parmi les étudiantes, comme outil idéal pour toucher la cible : communication par les pairs.

Notre objectif :

Rassurer et guider en déclinant sur plusieurs axes (éducation alimentaire, "tips" culinaires, astuces, bonnes adresses...) et avec différents supports (infographies, vidéos...).

Les + pour les étudiants :

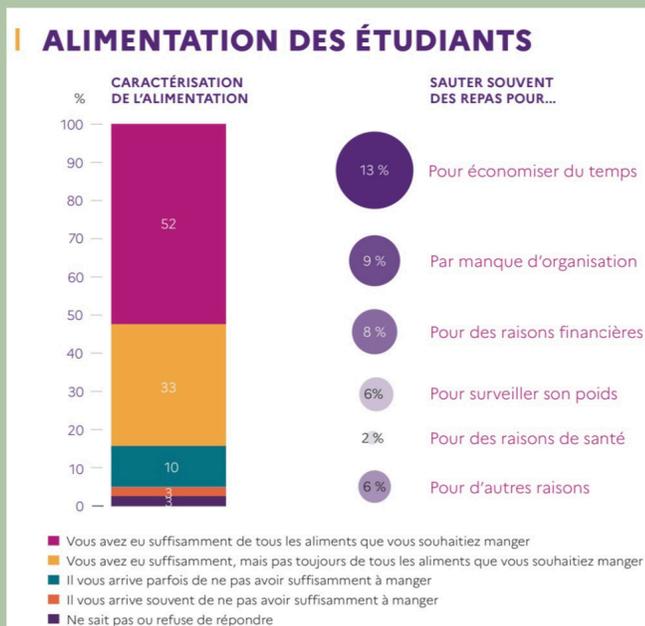
Expérience très positive de travail en mode gestion de projet avec une forte motivation et dynamique de groupe.

Indicateurs de performance :

Près de 200 followers en quelques semaines et environ 4 000 comptes touchés par tranche de 3 mois.



La précarité étudiante en quelques chiffres



Source : Repères 2023 Observatoire National de la Vie Étudiante

20% DES ÉTUDIANTS NE MANGENT PAS À LEUR FAIM*

*FAGE (Fédération des Associations Générales Étudiantes) : Indicateurs du coût de la rentrée étudiante 04/09/2024

Réflexion & perspectives/discussion

- Les + :
- Besoins, développements et compétences bien identifiés, expérimentés et en cours de réalisation sur le compte actif.
- Les - :
- Bénévolat chronophage pour les étudiants
 - Moyens humains et financiers : Un financement est en recherche pour pérenniser le compte Instagram.



@rat_pid
@rat_piid

