



TUTORIEL

“UN GOÛTER EXOTIQUE”

Cinéma Public Films vous propose d'organiser un ciné goûter pour accompagner la projection du film *La Fontaine fait son cinéma*. Une animation pensée par Élodie autour de la thématique des fruits exotiques, en référence à plusieurs courts métrages du programme.

À PROPOS D'ÉLODIE

Chargée de l'administration et de la comptabilité de Cinéma Public Films, elle est aussi diplômée en diététique-nutrition et propose des animations pédagogiques nutritionnelles à des salles de cinéma et groupes scolaires, pour accompagner la sortie des films distribués par Cinéma Public Films. L'éducation à l'image associée à l'éducation nutritionnelle : voilà une combinaison aussi ludique qu'originale !

OBJECTIF DU CINÉ-GOÛTER

Ce ciné-goûter s'inscrit dans cette démarche globale, chère à Cinéma Public Films : se divertir et apprendre avec plaisir. Il a été imaginé pour proposer aux enfants (et aux parents !) de découvrir de près l'univers des fruits exotiques.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Durée : film = 40 min / animation = 45 min (prévoir donc environ 1h30 au total).
- Lieu : prévoir un espace suffisant pour accueillir les enfants, assis à des tables.
- Nombre d'enfants participants maximum conseillé : 20.

DÉROULEMENT DE L'ANIMATION : 5 ÉTAPES

- 1 - Une exposition de panneaux : “Le monde des fruits exotiques”.
- 2 - Un atelier expérience : “Brochettes de fruits exotiques”.
- 3 - Deux ateliers découverte : “La noix de coco sous toutes ses formes” et “Des fruits étonnants”.
- 4 - Un goûter 100% exotique !
- 5 - Une distribution de cadeaux “Mon cahier de jeux & d'expériences” et “Mon pt'it mémo”.

COMMENT METTRE EN PLACE L'ANIMATION ?

Les fiches suivantes vous donnent quelques pistes pour vous aider à mettre en place l'animation, étape par étape. À vous de les adapter comme bon vous semble, selon vos possibilités humaines, financières et organisationnelles !

BONNE ANIMATION !

Pour toute question, n'hésitez pas à contacter Élodie : 01 41 27 20 38 ou elodie.cpf@orange.fr

ORGANISATION GLOBALE DE L'ANIMATION

UNE EXPOSITION DE PANNEAUX : "LE MONDE DES FRUITS EXOTIQUES"

10 minutes

Les enfants et adultes peuvent librement lire les 5 panneaux présentant quelques exemples de fruits cultivés sur chaque continent.



UN ATELIER PRATIQUE : "BROCHETTES DE FRUITS EXOTIQUES"

10 minutes

Les enfants réalisent une petite brochette de fruits qu'ils pourront ensuite déguster.



DEUX ATELIERS DÉCOUVERTE

10/15 minutes

- "La noix de coco sous toutes ses formes" : présenter (et faire déguster !) différents produits issus de la noix de coco.
- "Des fruits étonnants" : présenter (et faire déguster !) des fruits que l'on a jamais vu.



UN GOÛTER 100% EXOTIQUE

10 minutes

Les enfants sont conviés à se rassembler autour d'un buffet pour un goûter exotique.



UNE DISTRIBUTION DE CADEAUX "MON CAHIER DE JEUX & D'EXPÉRIENCES" ET "MON P'TIT MÉMO"

Pour prolonger la découverte et l'expérience à la maison, distribution de 2 supports pédagogiques :

- "Mon p'tit mémo", reprenant l'exposition de panneaux.
- "Mon cahier de jeux & expériences", des infos, des jeux et des activités à réaliser sur le thème des fruits exotiques.

L'EXPOSITION DE PANNEAUX

“LE MONDE DES FRUITS EXOTIQUES”

OBJECTIF

Faire découvrir quelques exemples de fruits exotiques que l'on peut trouver aux 4 coins du globe.

PRÉPARATION

Afficher dans la salle l'exposition composée de 5 panneaux.

DU CONTENU POUR VOUS AIDER

Rappeler aux enfants que les fruits exotiques sont présents dans différents courts-métrages qu'ils ont vu : les noix de coco sont les stars de *Rumeurs*, les bananes sont convoitées dans *La loi du plus fort* et les fruits exotiques qu'aime tant le pingouin. Voici l'occasion d'en savoir plus sur ces aliments que l'on connaît bien pour certains, peu pour d'autres !

• Un fruit exotique est avant tout... un fruit ! Leur rappeler ce qu'est un fruit : pas une définition, mais deux !

1. D'un point de vue gastronomique et culinaire, c'est-à-dire en ce qui concerne l'univers de la cuisine, un fruit est un aliment végétal qui est souvent sucré et que l'on consomme principalement en dessert.
2. D'un point de vue botanique, c'est-à-dire en ce qui concerne l'étude des végétaux (= les arbres, les fleurs, les algues, les mousses, etc.) le fruit est la partie d'une plante qui a été fécondée (voir pages 3 et 4 du cahier de jeux et expériences pour vous aider).

• Le terme “exotique”

Le terme “exotique” vient du mot latin “exoticus”, lui-même issu du mot grec “exotikos” qui signifie “étranger” (“exo” = dehors). Exotique veut donc dire “qui appartient à un pays étranger, lointain”.

Un fruit exotique est donc tout simplement un fruit qui n'a pas été cultivé dans notre pays d'origine, mais dans un pays ou une région étrangère, lointaine, et qui a été importé (= rapporté).

• Quelques exemples

Les bananes, les mangues ou les noix de coco poussent uniquement dans des pays où il fait chaud et humide comme l'Inde ou le Mexique. Si nous pouvons en manger en France, c'est que ces fruits ont été importés. Ils sont donc, de notre point de vue, exotiques !

De la même manière, les indiens ou les mexicains qui importent des pommes ou des poires ayant poussé en France, considèrent ces fruits comme étant exotiques !

fiche
N°2

L'ATELIER

“BROCHETTES DE FRUITS”

OBJECTIF

Proposer un atelier simple et rapide pour réaliser de délicieuses brochettes de fruits exotiques.

PRÉPARATION

- Faire compléter et signer pour chaque enfant l'attestation concernant les allergies alimentaires (voir dernière page).
- Mettre en place les tables et les nettoyer ou bien les recouvrir d'une nappe.
- Prévoir pour chaque enfant le matériel et les ingrédients décrits ci-dessous.

MATÉRIEL ET INGRÉDIENTS POUR UN ENFANT

- 1 grand pique à brochette en bois ou en bambou.
- 1 serviette.
- 1 verre d'eau.
- 1 assiette comprenant une dizaine de morceaux de fruits différents prédécoupés. Exemples de fruits faciles à trouver et peu onéreux : litchi (frais ou en boîte), ananas (idem), mangue, banane, kiwi.

ÉTAPES

1. **Avant la séance** : couper chaque fruit en morceaux, les citronner légèrement et les réserver au frais.
2. **Pendant la séance** :
 - a. Disposer sur une assiette, un pique, une serviette et un verre d'eau à chaque place.
 - b. Disposer une dizaine de morceaux de fruits différents dans chaque assiette.
3. **Après la lecture de l'exposition** : proposer aux enfants de s'installer pour réaliser les brochettes.
4. **À la fin de l'atelier** : proposer aux enfants de déguster les brochettes, ou bien de les mettre de côté en attendant le buffet.

LES ATELIERS DÉCOUVERTE

OBJECTIF

Proposer aux enfants de découvrir de plus près des fruits aux formes, aux couleurs, aux odeurs étonnantes et peu connues.

PRÉPARATION

- Mettre en place les tables.
- Installer les différents aliments proposés dans les listes ci-dessous.

1. LA NOIX DE COCO SOUS TOUTES SES FORMES

- Noix de coco entières : pour découvrir le fruit dans sa totalité.
- Sucre de coco : produit de la sève des fleurs de coco, intéressant substitut au sucre blanc car riche en nutriments.
- Farine de coco : pauvre en sucres et riche en fibres, elle donne un très bon goût aux gâteaux et autres préparations.
- Eau de coco : liquide présent dans la noix de coco qui n'est pas arrivée à maturité.
- Lait de coco : préparé à partir de la pulpe de noix de coco qui est râpée puis pressée dans un filtre pour recueillir le liquide.
- Noix de coco râpée : utilisée en pâtisserie, dans les mueslis...
- Huile de coco : fabriquée à partir de la chair de noix de coco séchée.
- Sirop de coco : sève de fleur de cocotier chauffée, donnant un sirop suite à l'évaporation de l'eau.

> Tous ces ingrédients se trouvent aisément en magasin biologique, dans les rayons exotiques des supermarchés ou bien sur Internet (par exemple ici : <http://www.lamaisonducoco.fr/fr/alimentation.htm>).

2. DES FRUITS ÉTONNANTS

Tous les fruits mentionnés dans l'exposition ont des particularités intéressantes à faire découvrir : couleur, texture, taille, forme, goût... Vous pouvez en acheter seulement un ou deux, l'idée étant de faire toucher, sentir, et goûter au moins un fruit très original.

> Tous ces aliments s'achètent facilement sur des sites Internet spécialisés. Certains ont des tarifs très abordables, d'autres sont un peu plus chers. À vous de choisir selon vos envies, vos possibilités ! Voici un exemple de site Internet qui en commercialise : www.thailong.com.

UN GOUTER 100% EXOTIQUE !

OBJECTIF

L'aventure, ça creuse ! Proposer aux enfants de se restaurer grâce à un goûter convivial concocté spécialement à base de fruits exotiques !

PRÉPARATION

- Mettre en place les tables.
- Installer des serviettes, des gobelets et les aliments choisis parmi la liste ci-dessous.

EXEMPLES D'ALIMENTS A PROPOSER

- Brochettes de fruits réalisées par les enfants s'ils ne les ont pas dégustées plus tôt.
- Jus : goyave, ananas, mangue, fruit de la passion.
- Fruits secs : mangue, banane, papaye, noix de coco, ananas.
- Fruits en conserve : ananas, litchi, goyave, arbouse, papaye, rambutan (se trouvent aisément en magasin asiatique).
- Fruits frais : couper des morceaux de fruits exotiques au choix, à picorer avec des cure-dents dans des assiettes.
- Craquottes Pain des fleurs à la noix de coco (www.lepaindesfleurs.fr/detail_produit.php?pa=gamme&var_code_article=7245).

LA DISTRIBUTION DE CADEAUX

“MON CAHIER DE JEUX & D’EXPÉRIENCES” ET “MON P’TIT MÉMO”

OBJECTIF

Prolonger l’expérience du film et de l’animation en offrant aux enfants deux supports pédagogiques ludiques, à emporter chez eux.

PRÉPARATION

Prévoir un cahier de jeux & d’expériences et un p’tit mémo par enfant.

DU CONTENU POUR VOUS AIDER

Leur présenter brièvement le contenu des deux documents :

- “Mon p’tit mémo” : pour “emporter” l’exposition chez eux.
- “Mon cahier de jeux & d’expériences” : pour en savoir encore plus sur les particularités des fruits exotiques.

ATTESTATION À COMPLÉTER ET À SIGNER

Je soussigné(e) Madame / Monsieur (prénom)

(nom) père / mère / représentant légal

de l'enfant prénommé (prénom) (nom)

accepte qu'il/elle participe au ciné-goûter "Un goûter exotique" organisé le (date de l'animation) / /

dans la salle (nom du cinéma) à (ville)

Je certifie que l'enfant concerné (cocher la case correspondante) :

Ne présente à ma connaissance aucune allergie alimentaire *

Présente une allergie alimentaire à :

.....

À titre informatif, voici la liste des 14 allergènes les plus courants, fixée par la réglementation communautaire :

- Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, Kamut ou leurs souches hybrides)
- et produits à base de ces céréales
- Œufs et produits à base d'œuf
- Poissons et produits à base de poisson
- Lait et produits à base de lait
- Fruits à coques (amandes, noisettes, noix, noix de cajou, noix de pécan, noix du Brésil, noix de macadamia, noix du Queensland, pistaches) et produits à base de ces fruits
- Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10 mg/kg ou 10 mg/l (exprimés en SO₂)
- Arachide et produits à base d'arachide
- Crustacés et produits à base de crustacés
- Soja et produits à base de soja
- Céleri et produits à base de céleri
- Moutarde et produits à base de moutarde
- Graines de sésame et produits à base de graines de sésame

Fait à, le SIGNATURE