Parcours de formation axée sur l’emploi

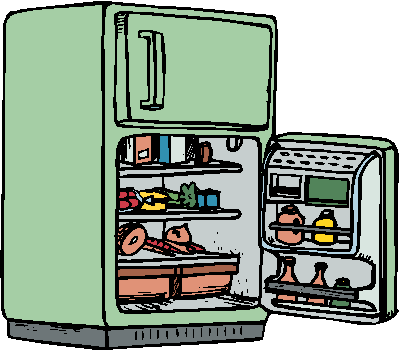
Formation préparatoire au travail (FPT)

Sensibilisation au monde du travail

Situation d’apprentissage et d’évaluation

****

Annexes de l’élève



Commission scolaire de Montréal

Ce texte n’a pas fait l’objet d’une révision linguistique. Une version révisée remplacera ultérieurement le présent document.

Nous cuisinons à votre santé

Situation d’apprentissage et d’évaluation

**ATTENTION**

**Ce guide utilise la couleur pour faciliter le repérage des informations. Une impression couleur est donc recommandée**.

|  |
| --- |
| CSDMcoul |

Cette situation d’apprentissage et d’évaluation ainsi que les documents qui l’accompagnent sont la propriété de la Commission scolaire de Montréal. Les informations contenues dans ce document sont données à titre indicatif et ne sont pas exhaustives. Cette situation d’apprentissage et d’évaluation peut vous proposer des adresses de sites Web qui pourraient ne plus être actives au moment où vous souhaiterez les utiliser ou qui pourraient vous diriger vers des informations non souhaitées.  Veuillez vérifier ces liens Internet avant leur diffusion auprès des élèves puisque nous ne pouvons en garantir l'intégrité. Aussi, le ou les titulaires de la situation d’apprentissage et d’évaluation et de ses annexes ne pourra ou ne pourront être tenu(s) responsable(s) du contenu de ces sites Web, de toute omission, erreur ou lacune pouvant se retrouver dans cette situation d’apprentissage et d’évaluation et des conséquences possibles qui en résulteraient. Les images et autres médias contenus dans ce document ne peuvent être utilisés à d’autres fins que celles prévues par cette situation d’apprentissage et d’évaluation. Aussi, toutes modifications qui seraient apportées aux médias contenus dans ce document sont interdites. Ces médias ne sont pas la propriété du ou des titulaire(s) de cette situation d’apprentissage et d’évaluation qui possède(nt) toutefois la licence d’utilisation de ceux-ci aux fins de la présente situation d’apprentissage et d’évaluation. De plus, tout passage identifié par Copyright ne peut être modifié ou utilisé à d’autres fins que celles prévues dans ce document.

La reproduction de ce document est autorisée à condition qu’il contienne ses trois premières pages.

L’usage de cette situation d’apprentissage et d’évaluation, en tout ou en partie, est réservé exclusivement au parcours de formation axée sur l’emploi.

Toute modification pouvant altérer l’intégrité de l’œuvre ne peut être apportée sans le consentement du titulaire.

Le masculin est utilisé sans aucune discrimination, mais uniquement dans le but d’alléger le texte.

**Élaboré en 2006-2007**

**Version du document :** 2.0

**Conception :**

|  |  |
| --- | --- |
| * Favreau Michèle | Enseignante à l’école secondaire Saint-Henri, Commission scolaire de Montréal |
| * Larouche Bruno | Enseignant à l’école secondaire Jeanne-Mance, Commission scolaire de Montréal |
| * Robert Céline | Conseillère pédagogique, Réseau des écoles spécialisées pour EHDAA, Commission scolaire de Montréal |

**M «main-d’œuvre»**

Noms : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(équipe)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. En vous aidant de la *fiche support illustrée*, écrivez 10 idées (mot, groupe de mots, phrase) auxquelles vous font penser le nom PROPRETÉ et son contraire MALPROPRETÉ.

|  |  |
| --- | --- |
| En cuisine  et me font penser à | |
| 1. | 6. |
| 2. | 7. |
| 3. | 8. |
| 4. | 9. |
| 5. | 10. |

1. Maintenant, votre équipe doit :

Après l’exercice A, ton enseignant présente les **5 M.** C‘est la

**méthode d’inspection des commerces de l’alimentation**

mise au point par le ministère de l’Agriculture, des Pêcheries et de l’Alimentation du Québec (MAPAQ).

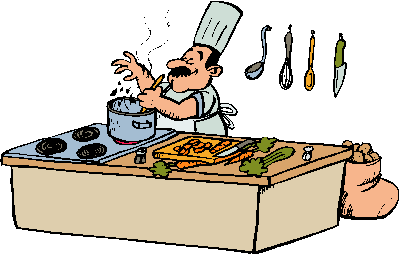
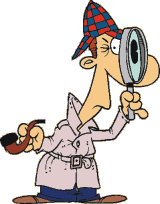
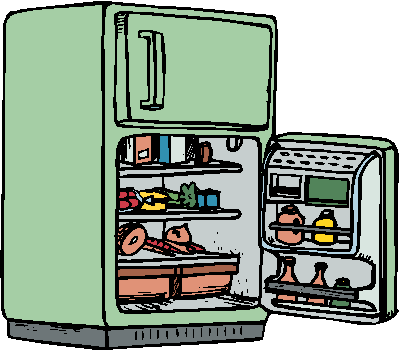
Classer les idées du numéro A dans le «M» auquel elles s’associent le mieux. Il se peut que tu mettes plusieurs idées dans le même M.

Ressource : AFFICHE des 5M

|  |  |
| --- | --- |
| **Les 5 M** | et nous font penser à : |
| **Main-d’œuvre** |  |
| **Matière** |  |
| **Méthode de travail** |  |
| **Milieu** |  |
| **Matériel** |  |

Différenciation activité 1 A

FICHE SUPPORT pour donner des idées

Mop & Bucket 01 Cleaning Supplies 4Washing Dishes 10 Rat 1   Pots 03 Bug 11 Hand 06 Cigarette & Ashtray 1 Chicken - Whole 06 Assorted Veggies 02 Blowing Nose 1 Microscope 1 Thermometer 3 Template - Blank 1 🡨Calendrier

**Nutrition et alimentation**

Le MILIEU

* Les locaux
* La vermine
* L’eau

La MATIÈRE

Les aliments :

* Température
* Provenance
* Étiquetage
* Innocuité

Le MATÉRIEL

* Équipement, appareils
* Ustensiles, vaisselles
* Produits d’emballage

La MAIN-D’ŒUVRE

Les employés

* Leur hygiène personnelle
* Leur technique de lavage de mains
* Leur tenue vestimentaire
* Leurs connaissances
* Leur formation en hygiène et salubrité

**5 M**

La Méthode

Avec les aliments

* Pour préparer, cuire
* Décongeler
* Refroidir et réchauffer

La méthode

* De nettoyage
* D’assainissement
* De contrôle :
  + prendre les températures
  + tenir les registres

**Le M : MAIN-D’ŒUVRE**

Se couvrir efficacement les **cheveux**

Porter un sarrau ou un tablier propre

Retirer bijoux et montre

Se laver les **mains** Hand 06 avant de travailler et :

* Après avoir éternué ou s’être mouché Blowing Nose 1
* Après être allé aux toilettes Toilet Paper 05
* Après avoir touché un animal Cat - Fat 2
* Après avoir manipulé des aliments crus Chicken - Whole 06
* CHAQUE FOIS qu’il y a RISQUE de contamination pour les aliments

**Blessure** : pansement imperméable

**Blessure à la main** : gants jetables

**Maladie contagieuse** : NE PAS manipuler d’aliments Sick in Bed 1

**NE PAS**

* Se laver les mains dans l’eau de vaisselle ou dans un évier où des aliments sont préparés
* Cracher
* S’essuyer la figure ou les mains avec un linge de cuisine



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | |  | |
| dans les | dans les | |
|  |  | |
|  |  | |
|  |  | |

**Activité 2 feuille support**

**Exemples de risques**

|  |  |
| --- | --- |
| MAIN-D’OEUVRE   1. Souliers antidérapants confortables 2. Pas de bijou, de manches larges ou pendantes 3. Utiliser l’équipement de protection : poignées de poêle   Ex. de dangers :   * Avaler une boucle d’oreille * Vêtement qui prend feu | MÉTHODES DE TRAVAIL sécuritaires  Ex. de dangers :   * Coupure * Brûlure * Amputation |
| COMPORTEMENT sécuritaire et honnête  Ex. de dangers :   * Gesticuler avec un couteau * Courir ou pousser * Provoquer * Ne pas signaler une situation dangereuse par peur des conséquences sur soi | ALIMENTS  MÉTHODE D’ENTREPOSAGE sécuritaire  Ex. de dangers :   * Contamination * Chute de boîte |
| PRODUITS D’ENTRETIEN  UTILISATION et ENTREPOSAGE sécuritaire  Ex. de dangers :   * Vaporisation dans les yeux * Dosage excessif * Contamination de la nourriture | MÉTHODES D’ENTRETIEN sécuritaires  Ex. de dangers :   * Surfaces malpropres / contamination * Surfaces non rincées / toxicité |
| DÉPLACEMENT D’OBJETS sécuritaire  Ex. de dangers :   * Blessure au dos | MILIEU  ESPACE de circulation sécuritaire  Ex. de dangers :   * Objet sur le plancher * Plancher mouillé ou souillé * Poignée de chaudron qui dépasse * Porte d’armoire ouverte |

Noms: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Sécurité : mes atouts, mes facteurs de risque**

Je suis sensibilisé(e) à la question de la sécurité au travail. J’ai un rôle à jouer.

1. Maintenant, je me questionne sur mes atouts et je les indique✔
2. Je pense à mes facteurs de risque et je les indique✔
3. Pour mes facteurs de risque, je choisis une stratégie de prévention qui m’aiderait:

STRATÉGIE cognitive 1 : 🡺Je pratique ma mémoire, je me donne des trucs pour me rappeler les bonnes méthodes à utiliser 🡸STRATÉGIE 1

STRATÉGIE cognitive 2 : 🡺J’essaie de prévoir les problèmes et je modifie mes actions au besoin 🡸STRATÉGIE 2

STRATÉGIE affective 3 : 🡺Je me parle, je me félicite quand je me suis retenu d’avoir un comportement à risque 🡸STRATÉGIE 3

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mes atouts, mes facteurs de prévention** | ✔ | **Mes facteurs de risque** | ✔ | **Stratégie no** |
| 1. D’habitude, je porte des souliers antidérapants confortables. |  | 1. Je porte des souliers à talon haut, c’est mon habitude. |  |  |
| 1. Généralement, je ne porte pas de bijoux ou de montre. |  | 1. Je porte généralement des bijoux ou une montre. |  |  |
| 1. J’ai l’habitude de travailler de mes mains, je me considère habile. |  | 1. Je ne suis pas habitué(e) à travailler avec un couteau et je ne me considère pas habile de mes mains. |  |  |
| 1. J’aime suivre des étapes ou des directives. Comme ça je suis certain(e) de bien faire ce que j’ai à faire. |  | 1. On dirait que j’oublie vite ce que j’apprends. |  |  |
| 1. J’ai un bon sens de l’observation, je vois tout. |  | 1. Je gesticule beaucoup. |  |  |
| 1. J’aime apprendre et perfectionner ce que je sais. |  | 1. J’aime faire sursauter les gens ou les faire fâcher. |  |  |
| 1. Quand je ne suis pas sûr de quelque chose ou quand je ne comprends pas, je questionne. |  | 1. Je pourrais refuser des respecter les règles vestimentaires parce qu’elles ne font pas mon affaire. |  |  |
| 1. J’aime classer, mettre en ordre. |  | 1. Je trouve les règles de sécurité exagérées. C’est moi qui vais juger. |  |  |
| 1. Je suis une personne calme. |  | 1. Je veux utiliser mes méthodes à moi. |  |  |
| 1. Je trouve que j’ai une bonne mémoire. |  | 1. Je peux être négligent(e). «C’est pas parfait mais c’est pas grave» ça me ressemble. |  |  |
| 1. J’aime savoir où je m’en vais, que les choses soient bien organisées. |  | 1. Je suis souvent dans la lune ou je manque de concentration. |  |  |
| 1. Quand je comprends le pourquoi d’une règle, je la respecte. |  | 1. Le désordre et moi, on s’entend bien. |  |  |
| 1. **Ajoute** un autre de tes atouts : | ✔ | 13. **Ajoute** un facteur de risque que tu te reconnais : | ✔ |  |

CSDM, RESEHDAA

**Hygiène et sécurité alimentaire**

Noms : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **QUESTIONS** | **Vrai ou Faux** | |
| AVANT | APRÈS |
| 1. Quand un linge de table sent mauvais, c’est l’eau qui dégage cette odeur. |  |  |
| 1. Si je mets un morceau de pain dans une boîte fermée, à la longue, un insecte ou une souris pourrait se développer. |  |  |
| 1. Une bactérie, c’est vivant et ça se reproduit.. |  |  |
| 1. Les microbes peuvent sauter, faire des bonds. |  |  |
| 1. Quand un aliment est contaminé par des bactéries, ça se voit ou ça se sent. |  |  |
| 1. Sur un comptoir rugueux, fendu ou éraflé, les bactéries nuisibles se développent plus facilement. |  |  |
| 1. Les meilleures places pour les germes sont les endroits frais et secs. |  |  |
| 1. Ce n’est pas grave si mes mains sont sales quand je cuisine parce que je ne toucherai pas aux aliments, seulement à la planche, au couteau et au bol. |  |  |
| 1. Quand les bactéries ont tout ce dont elles ont besoin, elles grossissent. |  |  |
| 1. Un objet, comme mon sac à dos, peut contaminer un autre objet comme le comptoir. |  |  |
| 1. Les règles d’hygiène c’est exagéré la preuve, quand je ne me lave pas les mains avant de manger, je ne suis pas plus malade. |  |  |
| 1. Des produits nettoyants, on n’en met jamais trop. |  |  |
| 1. Les microbes c’est pas dans notre propre maison qu’on les attrape c’est quand on va ailleurs. |  |  |
| 1. Nettoyer et désinfecter c’est différent. |  |  |
| 1. Le savon ça lave : je plonge les assiettes sales, je les sors, je les essuie, et bingo! le nettoyage est fait. |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **NETTOYAGE** | |
| **Méthode** | **Matériel et Milieu** |
| 1. Prélavage 🞎 2. Lavage 🞎 3. Rinçage 🞎 4. Assainissement 🞎 5. Séchage à l’air 🞎   \* Balayage 🞎   * + - Bons produits 🞎     - Bon dosage 🞎     - Bonne utilisation 🞎 | * 1. Vaisselle et ustensiles 🞎   2. Comptoirs 🞎   3. Lavabos 🞎   4. Appareils 🞎   5. Armoires, tiroirs 🞎   6. Plancher et murs🞎 |

**Fiche de** et de **Nom : Date :**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **AVANT de commencer…** | | **PENDANT… +** | |
| Chapeau ou filet 🞎 Sarrau ou tablier 🞎  Mains lavées 🞎 Bijoux enlevés 🞎 Souliers plats 🞎  PRODUCTION ATTENDUE :   * \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   Quantité : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Contenant : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Doit être prêt à \_\_\_\_\_\_\_\_\_heure/s  **Critères de présentation connus : OUI 🞎 NON 🞎** | TÂCHES (suite)  Surveiller la cuisson 🞎  Nettoyer entre les étapes 🞎  Nettoyer à la fin 🞎  Ranger 🞎  Autres  tâches:   * + …   + …   PENSER À :  Vérifier l’heure 🞎  Communiquer avec mon coéquipier 🞎  Collaborer 🞎  SÉCURITÉ et HYGIÈNE  Je dois faire spécialement attention à : ………….   * \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ * \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   ? ou problème? | * Relire la recette 🞎 * Questionner si je ne suis pas sûr(e) 🞎 * Nettoyer chaque fois que c’est nécessaire 🞎 * Échanger l’information avec le coéquipier 🞎 * Appliquer les méthodes et les techniques 🞎 * Exécuter toutes les étapes (tâches nécessaires) 🞎 * Suivre les règles | |
| **Respect des critères de PRÉSENTATION (production)**   1. 🞎 Quantité demandée 🞎 2. 🞎 Contenant 🞎 3. 🞎 Esthétique 🞎 4. 🞎 Emballage 🞎 5. 🞎 Aller porter à ….. 🞎 6. 🞎 Étiquetage 🞎 | |
| PARTAGE DES TÂCHES Equipe 🞎  Travail en solo 🞎  Travail à la chaîne 🞎 |
| **TÂCHES**  Déballer 🞎 Ranger 🞎  Nettoyer avant de commencer 🞎  Lire plusieurs fois la recette 🞎  Aller chercher le matériel (plats, ustensiles, …) 🞎  Aller chercher les produits alimentaires 🞎  Laver les aliments 🞎  Mesurer 🞎 Peser 🞎  Appliquer une nouvelle technique 🞎   * \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   Appliquer des techniques connues 🞎   * \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ * \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| **NETTOYAGE** | |
| 1. Prélavage 🞎 2. Lavage 🞎 3. Rinçage 🞎 4. Assainissement 🞎 5. Séchage à l’air 🞎   \* Balayage | * 1. 🞎 Vaisselle 🞎   2. 🞎 Comptoir 🞎   3. 🞎 Lavabo 🞎   4. 🞎 Appareils 🞎   5. 🞎 Armoires, tiroirs 🞎   6. 🞎 Plancher 🞎 |
| * RANGEMENT du matériel et des produits 🞎 * RANGEMENT des aliments 🞎 * Linge au lavage 🞎 | |

# Alliés pour la santé - Les fruits et légumes Information au public

Source : <http://www.santepub-mtl.qc.ca/Nutrition/fruitlegume/population/crucifiere.html>

## Les méga-importants : la famille des crucifères

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| brocoli | chou | epinard | choufleur | choubruxuelles | navet |
| Brocoli | Choux (frisé, chinois) | Cardes et épinards | Chou-fleur | Choux de Bruxelles | Navet, rutabaga |

Issus de la famille nommée brassica, les légumes crucifères gagnent à être connus. En effet, ils contiennent des composés importants connus sous le nom de phyto-nutriments (isothiacyanates et glucosinolates). Il suffit de rappeler que ceux-ci sont actifs dans la prévention de certains cancers.

À faire **Pour profiter de l’effet protecteur, on suggère de consommer au moins 3 ½ tasses et plus par semaine d’un de ces brassicas (**[**voir modes de cuisson**](http://www.santepub-mtl.qc.ca/Nutrition/fruitlegume/population/modecuisson.html#3)**)**

### Comment les brassicas préviennent l’apparition de cancers ****1****

Une consommation élevée en légumes brassica s’associe à une diminution des traceurs pour les cancers suivants : poumons, estomac, colorectal, prostate, vessie et dans une moindre mesure pour les cancers de la prostate, de l'endomètre et des ovaires.

**1 Cancer Epidemiology and Prevention. 1996, Biomarkers, vol. 5, 733-748**

**Octobre 2004**[**Haut**](http://www.santepub-mtl.qc.ca/Nutrition/fruitlegume/population/crucifiere.html#haut#haut)

|  |
| --- |
| Gouvernement du Québec |

# Alliés pour la santé - Les fruits et légumes Information au public

## Le palmarès des fruits et légumes les plus actifs pour la santé

Source : <http://www.santepub-mtl.qc.ca/Nutrition/fruitlegume/population/palmares.html>

### Le rôle protecteur

Tous les fruits et légumes sont bons pour notre santé. Des études récentes (2000-2004) ont mis en valeur le pouvoir antioxydant des fruits et légumes, ainsi que leurs propriétés à empêcher la prolifération des cellules cancéreuses. Certains légumes sembleraient neutraliser les enzymes qui activent les agents déclencheurs de cancer dans le corps et augmenteraient l’activité d'autres enzymes qui diminuent la présence de ces éléments cancérigènes. Des études épidémiologiques ont depuis longtemps suggéré cette relation entre les légumes et la résistance au cancer. (Plus de détails sur le [rôle protecteur](http://www.santepub-mtl.qc.ca/Nutrition/fruitlegume/pourquoi.html))

La consommation de fruits et légumes est aussi associée à une réduction des risques reliés aux maladies chroniques, tels certains types de cancers, les maladies cardiovasculaires, incluant les accidents vasculaires cérébraux (AVC). De plus le World Cancer Research Fund et l'American Institute for Cancer Research estime qu'une alimentaion riche en légumes et fruits (plus de 400 gr par jour) peut prévenir au moins 20% de tous les cancers) 1

### Des fruits avec certaines propriétés bioactives bénéfiques

**Contenu phénolique total** (Composés phytochimiques qui sont présents dans les fruits et qui ont un effet bioactif majeur.)

#### Le top 5 : CANNEBERGES, pommes avec pelure, raisins rouges, fraises, ananas

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Canneberges | Pomme | Raisins | Fraises | Ananas |

**Les 6 suivants : banane, pêche, citron, orange, poire, pamplemousse**

**Profil d’activité antioxydante** (Activité antioxydante : neutralise les composés néfastes - radicaux libres - pour la santé)

#### Le top 5 : CANNEBERGES, pomme (avec pelure), raisins rouges, fraises, pêche

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Canneberges | Pommes | Raisins | Fraises | Pêche |

**Les 6 suivants : citron, poire, banane, orange, pamplemousse, ananas**

**Profil d’activité anti-prolifique des cellules cancéreuses**

#### Le top 5 : CANNEBERGES, citron, pomme (avec pelure), fraises, raisins rouges

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Canneberges | Citron | Pommes | Fraises | Raisins |

**Les 3 suivants : banane, pamplemousse, pêche**

**Source : Sun J, Chu YF, Wu X, Liu RH. Private antioxidant and anti proliferation activities of common fruits. J Agric Food Chem 2002; 50(25) 7449-7554.**

### Les légumes selon leurs propriétés bioactives :

**Profil du contenu phénolique**

#### Le top 5 : brocoli, épinards, oignon jaune, piment rouge, carottes

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| brocoli | épinards | oignon jaune | piment rouge | carottes |

**Les 4 suivants : choux, laitue, céleri, concombre**

**Profil d’activité antioxydante** (Activité antioxydante : neutralise les composés néfastes - radicaux libres - pour la santé)

#### Le top 5 : piment rouge, brocoli, carottes, épinards, choux

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| piment rouge | brocoli | carottes | épinards | chou |

**Les 5 suivants : oignon jaune , céleri, pomme de terre, laitue, concombre**

**Profil d’activité anti-prolifique des cellules cancéreuses**

#### Le top 5 : épinards, choux, poivron rouge, oignon, brocoli

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| epinard | chou | piment rouge | oignon | brocoli |

iconeok**N'oubliez pas de bien mastiquer les légumes, car 50% de la digestion de l'amidon commence dans la bouche.**

**1 World Cancer Research Fund / American Institute for cancer research (WCRF/AICR). Food, nutrition and the prevention of cancer : a global perspective. American Institute for cancer research, Washington. DC. 1997**

**Octobre 2004**[**Haut**](http://www.santepub-mtl.qc.ca/Nutrition/fruitlegume/population/palmares.html#haut#haut)

|  |
| --- |
| Gouvernement du Québec |

**Fiche de** et de **Nom : Date :**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **AVANT de commencer…** | | **PENDANT… +** | |
| Chapeau ou filet 🞎 Sarrau ou tablier 🞎  Mains lavées 🞎 Bijoux enlevés 🞎 Souliers plats 🞎  PRODUCTION ATTENDUE :   * \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   Quantité : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Contenant : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Doit être prêt à \_\_\_\_\_\_\_\_\_heure/s  **Critères de présentation connus : OUI 🞎 NON 🞎** | TÂCHES (suite)  Surveiller la cuisson 🞎  Nettoyer entre les étapes 🞎  Nettoyer à la fin 🞎  Ranger 🞎  Autres  tâches:   * + …   + …   PENSER À :  Vérifier l’heure 🞎  Communiquer avec mon coéquipier 🞎  Collaborer 🞎  SÉCURITÉ et HYGIÈNE  Je dois faire spécialement attention à : ………….   * \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ * \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   ? ou problème? | * Relire la recette 🞎 * Questionner si je ne suis pas sûr(e) 🞎 * Nettoyer chaque fois que c’est nécessaire 🞎 * Échanger l’information avec le coéquipier 🞎 * Appliquer les méthodes et les techniques 🞎 * Exécuter toutes les étapes (tâches nécessaires) 🞎 * Suivre les règles | |
| **Respect des critères de PRÉSENTATION (production)**   1. 🞎 Quantité demandée 🞎 2. 🞎 Contenant 🞎 3. 🞎 Esthétique 🞎 4. 🞎 Emballage 🞎 5. 🞎 Aller porter à ….. 🞎 6. 🞎 Étiquetage 🞎 | |
| PARTAGE DES TÂCHES Equipe 🞎  Travail en solo 🞎  Travail à la chaîne 🞎 |
| **TÂCHES**  Déballer 🞎 Ranger 🞎  Nettoyer avant de commencer 🞎  Lire plusieurs fois la recette 🞎  Aller chercher le matériel (plats, ustensiles, …) 🞎  Aller chercher les produits alimentaires 🞎  Laver les aliments 🞎  Mesurer 🞎 Peser 🞎  Appliquer une nouvelle technique 🞎   * \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   Appliquer des techniques connues 🞎   * \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ * \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| **NETTOYAGE** | |
| 1. Prélavage 🞎 2. Lavage 🞎 3. Rinçage 🞎 4. Assainissement 🞎 5. Séchage à l’air 🞎   \* Balayage | * 1. 🞎 Vaisselle 🞎   2. 🞎 Comptoir 🞎   3. 🞎 Lavabo 🞎   4. 🞎 Appareils 🞎   5. 🞎 Armoires, tiroirs 🞎   6. 🞎 Plancher 🞎 |
| * RANGEMENT du matériel et des produits 🞎 * RANGEMENT des aliments 🞎 * Linge au lavage 🞎 | |

**Nous cuisinons à votre santé**

**Suis-je déjà un EXPERT?**

Wow! ?Super! C’est parfait!....

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Progrès évident**  **SURVOL** | **La complexité : utiliser ce que je sais et l’enrichir : progrès pas à pas**  **ÉTAPE 1** | **Approfondissement, maîtrise**  **ÉTAPE 2** |
| Plonger dans la nouveauté. | Continuer à apprendre en améliorant ce que je sais déjà… | Prendre de plus en plus en charge ma progression |
| Oser m’impliquer, essayer. | Puiser dans ma boîte à outils.  Persévérer. | Devenir productif : vitesse + qualité. |
| Je vois bien mes progrès. | Par rapport aux choses déjà vues, mes progrès sont plus difficiles à voir, c’est normal. Ils sont entre autre dans mes attitudes.  Je dois éviter un piège : celui de devenir négligent.  Réussir cette difficile étape c’est m’appliquer à utiliser tout ce que j’apprends et j’en sais de plus en plus! | Je me fixe des défis. Je me signale par mon autonomie et la vision élargie que j’ai de mon travail.  Je raffine ce que je sais. |
| BRAVO = Excellent départ, en procédant comme demandé, tu prends les bons moyens pour avancer. | BRAVO = Tu te prends en main, tu progresses très bien! Tu te concentres, tu essaies, tu travailles avec plus d’aisance et de façon sécuritaire. | BRAVO = Même s’il t’en reste à apprendre, tu connais vraiment ton affaire, tu sais comment arriver au résultat que tu désires et ton travail est propre et bien fait. |

**Nous cuisinons à votre santé, ACTIVITÉ 6 et TÂCHE 2**

Noms : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1 🡺 J’explore différentes idées de présentation

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **FORME 🡺**  **COULEUR 🡻** | Aliments placés en cercle… | | … en carré… | | … ou en rectangle |
| **Exemple couleur seulement :**  Légumes rouges  Lég. blancs  Lég. verts |  |  |  |  |  |
| **Exemple couleur et coupe\* :**  Rouge    Orangé    \* Vert : bâtonnets Blanc : rondelles Orangé : triangles Rouge : haché  2007CSDM  Blanc    Vert |  |  |  |  |  |

2 🡺 A. Je choisis mon concept

B. Je trace mon schéma

1. J’indique chaque fruit et chaque légume et le nom de la coupe.

