

DOSSIER DE PRESSE 2025

Miske Alhaouthou

**Association EEDAN
La cuisine de Miske et Camila**

ON VOUS DIS TOUT SUR LA CHEFFE MISKE !

Miske Alhaouthou n'est pas qu'une simple animatrice d'ateliers. Elle est une véritable pionnière de la cuisine éducative et durable, qui nous vient tout droit des Comores. En plus de ses ateliers avec l'association EEDAN, elle a coécrit un livre avec sa fille, *La cuisine de Miske et Camila*, un ouvrage qui partage des recettes accessibles et saines pour toute la famille et les copains.



Son objectif reste inchangé : éveiller les consciences des enfants, des parents et des éducateurs à la nécessité de mieux manger au quotidien, avec des produits de qualité et en respectant les saisons.

« Autour de ses plats qui brouillent les frontières, de leur élaboration à laquelle les enfants sont conviés et impliqués, des goûts naissent, des vies changent. Miske est une rockstar. »
— JD Beauvallet

Une aventure culinaire et humaine qui continue de grandir, un atelier à la fois. Restez à l'affût des dernières infos sur les réseaux sociaux de l'association EEDAN pour découvrir les prochaines étapes de ce projet inspirant !





L'ASSOCIATION EEDAN

L'association a pour objet principal l'éducation et la facilitation à l'approvisionnement à l'alimentation saine, ainsi que l'organisation des ateliers et de rencontres autour de l'alimentation valorisant les produits locaux.

L'ÉDUCATION ALIMENTAIRE, QU'EST-CE QUE C'EST ?

L'**éducation alimentaire** permet l'accès des plus jeunes à une bonne alimentation fondée sur le goût, l'équilibre entre les aliments et les rythmes des prises alimentaires, la convivialité dès l'école maternelle et primaire.

Cela permet, grâce à un accompagnant adapté, de prendre conscience de l'impact de l'alimentation sur la santé (problème d'obésité, de diabète, hyperactivité...), sur l'environnement et de lutter contre la précarité alimentaire qui touche une population déjà fragilisée.

À Nogent-le-Rotrou, l'initiative culinaire de Miske Alhaouthou ne cesse de séduire les petits (et les grands !) avec des ateliers où se mêlent éducation, plaisir et découverte. À travers son association EEDAN, Miske fait briller le programme Mieux Manger Pour Tous dans les écoles, initié par la Préfecture d'Eure-et-Loir. Un programme qui, année après année, transforme la façon dont les enfants perçoivent la cuisine et leur alimentation.

À QUI S'ADRESSE L'ÉDUCATION ALIMENTAIRE ?



- Les **enfants** de maternelle et de primaire
- Les **adolescents**
- Les **parents** et leurs enfants
- Les **adultes**

UN PROGRAMME QUI PREND DE L'AMPLEUR

Les chiffres parlent d'eux-mêmes : l'année 2024 a vu un total de **99 ateliers** organisés, répartis sur 33 classes dans **7 écoles** différentes. Les enfants ont cuisiné **90 recettes** autour des produits locaux, des fruits, légumes, et farines de la région. Miske a également organisé 8 ateliers parents-enfants au sein des Quartiers Prioritaires de la Ville, et 5 autres ateliers avec à l'extérieur des écoles, pour étendre l'impact de ces ateliers. Le programme ne s'est pas arrêté là, puisque deux ateliers seniors ont aussi été organisés à l'espace de vie, en collaboration avec l'association La Farandole : un autre regroupement engagé avec qui des projets sont en cours pour faire des ateliers découvertes pour bébés.

À DÉCOUVRIR

UNE PIÈCE DE THÉÂTRE !

Les prochains, Miske ajoutera une nouvelle corde à son arc en participant à Par les bouches, une pièce unique en son genre qui se jouera à L'Atelier à spectacle, dans le cadre du Festival Champs Libre de Vernouillet (28). Imaginée par la compagnie Dérézo et mise en scène par Charlie Windelschmidt, cette création originale mélange théâtre et gastronomie pour une expérience sensorielle inédite. Et qui de mieux que Miske Alhaouthou pour concevoir le menu ? Sur scène, les artistes ne se



contenteront pas de jouer : ils cuisineront, en direct, un menu inédit en sept temps conçu par la cheffe elle-même. Avec son savoir-faire et son amour du partage, elle accompagne les comédiens dans cette aventure culinaire hors du commun.

ET APRÈS ?

Pour 2025, l'aventure continue avec 6 écoles inscrites au programme Mieux Manger Pour Tous, 640 élèves et 99 ateliers organisés. Miske reste fidèle à sa mission : rendre l'éducation alimentaire accessible et fun pour tous. Et pour ajouter une touche de convivialité, 2 brunchs solidaires ont déjà eu lieu, et 3 autres sont à prévoir. Les ateliers de Miske, c'est bien plus qu'une simple cuisine : c'est un véritable lieu de partage où toutes les générations, toutes les cultures et tous les milieux se retrouvent autour d'une passion commune pour des plats sains et savoureux qui unissent et rassemblent.

LES ATELIERS CULINAIRES DANS LES ÉCOLES

Durant l'année scolaire 2023-2024,
99 ateliers ont été menés dans toutes les écoles de
Nogent-le-Rotrou, avec les élèves des classes
de maternelle et de primaire.
Une **recette différente** est réalisée par classe et
tous les enfants repartent avec un
livret de toutes les recettes de toutes les écoles.

Les ateliers sont menés par la cheffe
Miske Alhaouthou.



**ESPACE
DE
TRAVAIL**



Chaque élève dispose de
son propre espace de travail.

**USTENSILES
ADAPTÉS**



Les ustensiles
sont adaptés à
l'âge des enfants
et sécurisés.
Ils favorisent
l'autonomie.





LES INGRÉDIENTS



Miske, avec son approche ludique et joyeuse, parvient à faire tomber les barrières du plat classique pour emmener les enfants dans un tourbillon de saveurs inédites. Mais ce n'est pas tout : à travers des recettes mettant en avant les produits locaux et de saison, comme les légumineuses et les légumes frais des Maraîchers de l'Auberdrière, Miske initie aussi les plus jeunes aux bienfaits du local et du durable.



La cuisine permet de travailler la motricité fine.

Rien de mieux pour apprendre et intégrer que de manipuler !



MOTRICITÉ FINE



LES ATELIERS CULINAIRES DANS LES ÉCOLES



**APPRENDRE
DE FAÇON
LUDIQUE**



Les ateliers de Miske, c'est avant tout une aventure sensorielle. Depuis 2024, La cuisine de Miske et Camila et l'association Eedan ont mené 99 ateliers dans sept écoles de la région, accueillant pas moins de 650 enfants.



**TRAVAIL
COLLECTIF**



Les petites mains, ne se contentent pas de faire de simples goûters : ils préparent de véritables plats cuisinés ! Gnocchis aux légumes, nuggets végétaux, et même des chokobon maison à base de chocolat noir : les enfants ne se contentent pas de manger des bonbons, ils créent des gourmandises à consommer sans modération.



LES ENFANTS EN PARLENT...

Merci pour toutes les choses que tu m'as apprises! (Marius)!



Merci Misha grâce à toi j'aime les légumes maintenant merci MARIUSH

Solu Misha c'est Jafa. j'ai adoré cuisiner avec toi grâce à toi ma mère me laisse plus de liberté en cuisine. Tu me manques Misha Merci

Les CP de Lybie

Merci Misha pour ces moments passés en cuisine avec toi. Bisous

Misha, voici quelques mots qu'on voulait te dire :
Les ateliers cuisine avec toi, c'était trop bien!
Nous avons adoré faire la cuisine avec toi -
C'était super bon!
Nous avons adoré manger ce que l'on a préparé.
Les élèves de la classe de GS de Delphine (Langevin)

Misha, ta cuisine est incroyable à chaque fois tu me surprends et tu m'impressionnes. j'adore ta cuisine. A chaque fois qu'il y a 1 seul ingrédient (ou plus) que je n'aime pas tu arrives à me le faire aimer! Même en restant sérieuse, tu restes toujours aussi gentille et drôle. Merci pour tout Misha, tu es la meilleure! Manca



...ET LEURS MAÎTRES



Misha,
Merci pour ces merveilleux ateliers culinaires. Les élèves étaient ravis. C'était très bon. J'ai découvert de nouvelles choses. J'ai adoré cuisiner avec toi. À bientôt pour de nouvelles aventures. Nat

LES ATELIERS CULINAIRES PARENTS/ENFANTS

CRÉER
DU LIEN



APPRENDRE
LES GESTES



DÉCOUVRIR

SENTIR



GOÛTER



TRANSMETTRE



TOUCHER



NOUS CONTACTER



@eedan.asso



EEDAN



EEDAN association

Suivez-nous
sur les réseaux !



AIDE LA DIGESTION

Les fibres contenues dans les
oléagineux facilitent la digestion
au quotidien.

ILS ONT FAIT CONFIANCE À LA CHEFFE :

- La Mairie de Nogent-le-Rotrou
- La CAF de Seine-Saint-Denis
- Les espaces «enfants» des festivals :
Rock en Seine, Solidays,
We Love Green
- **Les marques :**
Cérééal Bio, Les 2 Vaches, Opinel,
Beko, Le Vitaliseur de Marion
- **Les artistes :**
Soprano, Angèle, Catherine Ringer,
Zaho de Sagazan, Dominique A,
Oxmo Puccino, Gaël Faye...