

DOSSIER DE PRESSE

Extra en cuisine, concours étudiant, 2016



Présentation de la mutuelle

Activités



La SMERRA a une délégation de l'État pour gérer le régime de Sécurité Sociale étudiant. La SMERRA est membre du réseau EmeVia.

Elle a trois principales missions :

- **Gérer le régime étudiant de Sécurité Sociale :**

Gestion du remboursement des frais de santé par la Sécurité Sociale étudiante ;

- **Offrir des garanties complémentaires santé :**

Les mutuelles proposent plusieurs offres de couvertures de santé pour couvrir les frais supplémentaires non-remboursés par la Sécurité Sociale ;

Elles proposent également des assurances

- Vie étudiante qui permet de couvrir les étudiants dans leurs études avec la responsabilité civile et individuelle accident corporel ;
- Assurance habitation, automobile et deux-roues qui permet de couvrir les étudiants ;
- Assurances à l'international qui est proposée pour les étudiants qui partent vivre à l'étranger sur une durée déterminée ;

- **Mettre en place des actions de prévention et de promotion de la santé :**

Les actions de prévention sont nombreuses : don du sang, point écoute psychologique, concours de cuisine, paniers de fruits et légumes, distribution de matériels de prévention...

- 900 000 étudiants sont couverts par le régime Sécurité Sociale des mutuelles de proximité.
- 250 000 étudiants ont souscrit auprès des mutuelles à une garantie complémentaire santé.

Engagements

La mutuelle de proximité s'engage auprès de ses affiliés sur :

- L'efficacité, le traitement est rapide des remboursements de santé ;
- La facilité, l'espace personnel en ligne permet de gérer des démarches ;
- La responsabilité, des dispositifs d'accès aux soins pour tous, projets de promotion de la santé sont proposés ;
- La proximité, la gestion de la mutuelle se fait par région, le service de centre d'appel est ouvert jusqu'à 20h.

Prévention

La SMERRA met un point d'honneur à contribuer à la bonne santé des étudiants au quotidien. Nous organisons de nombreuses actions de préventions sur les différents thèmes liés à la santé des étudiants.

Sur l'ensemble du réseau EmeVia des mois thématiques sont organisés durant l'année.

Le concours de cuisine est une action proposée au sein du mois de l'équilibre alimentaire chaque année. Il a pour objectif de sensibiliser les étudiants à une alimentation saine.



« Il faut manger équilibré ! » On ne compte plus les fois où on a entendu cette phrase ! Mais sur quoi repose-t-elle ? Pourquoi bien se nourrir est indispensable ? :

- pour construire l'organisme ;
- pour produire suffisamment d'énergie pour maintenir la température du corps ;
- pour coordonner les réactions de l'organisme ;
- pour réduire le risque de développer un certain nombre de maladies (cancers, diabète de type 2, maladies cardiovasculaires...).

Avoir une alimentation saine, c'est manger de tout dans les quantités adaptées à l'organisme. Pour profiter des bénéfices d'une alimentation équilibrée, il faut aussi faire de l'exercice régulièrement.

L'enquête santé EmeVia de 2015 montre que des efforts peuvent être faits.

Parmi les 65% d'étudiants qui estiment avoir une alimentation équilibrée :

77% pratiquent une activité physique régulière ;

Et 66% pratiquent une activité physique au moins une fois par semaine.

Parmi les 70% des étudiants qui estiment avoir une alimentation déséquilibrée, ils déjeunent en 15 à 30 minutes. Ce qui influence également fortement l'équilibre alimentaire, le temps de déjeuner est important.

On remarque cependant que certains freins bloquent les étudiants à améliorer leur alimentaire.

- 14,6 % d'entre eux se privent, car ils ont des problèmes financiers ;
- 84,9% des étudiants grignotent que ce soit très souvent, parfois, ou rarement ;
- 69,1% des étudiants estiment le budget moyen d'un repas entre 3,15€ et 6€.

Extra en cuisine, concours étudiant



Le concours de cuisine est organisé par la SMERRA en partenariat avec le CROUS. Il existe depuis 2015. Cette année, le concours accueille 2 nouvelles villes du réseau de la mutuelle de proximité. Il sera donc présent dans **5 villes étudiantes** de la région Rhône-Alpes-Auvergne : Chambéry, Clermont-Ferrand, Grenoble, Lyon, St-Etienne.

Pour participer à Extra en cuisine, l'étudiant s'inscrit sur le site de la mutuelle avec une recette imaginée par lui-même. Cette recette doit être originale, **équilibrée et à moindre coût** (moins de 10€ pour 2 personnes). Le jury sélectionne 4 recettes qui correspondent aux critères ci-dessus. Il est constitué de professionnels de la santé publique et de la restauration ainsi que certains personnels de la mutuelle.

Les **4 finalistes** de chaque ville s'affrontent en cuisine pendant **2h30** dans un restaurant universitaire ou une résidence universitaire CROUS. Les étudiants cuisinent **un plat et un dessert** avec un panier imposé d'ingrédients. Les membres du jury CROUS sont là afin de les aiguiller pour les ustensiles, les techniques de cuisine. Ensuite, la dégustation se fait sur place. Le jury rend son verdict et remet les prix aux 4 finalistes.

Extra en cuisine, concours étudiant zone SMERRA

Extra en cuisine Chambéry, 1^{ère} édition

Nous aurons l'occasion d'accueillir lors de la finale le **31 mars** :

Membres de jury de Chambéry :

Mr Julien MACHET - Chef * Restaurant Le Farçon La Tania-Courchevel,
Mme Françoise BUTET - Directrice du CLOUS Savoie,
Mr Philippe BRIOT - Chef Cuisinier du CLOUS,
Mme Anna PIENNE – Chargée de Développement - SMERRA.

Prix à Chambéry :

1^{er} : un blender chauffant Moulinex valeur 119€, un tablier personnalisé.

2^{ème} : un syphon Cooky Siphon valeur 43€, 2 repas pour la salle bistronomique CROUS L'Oiseau Blanc, un tablier personnalisé.

3^{ème} : un tablier personnalisé, un bon cadeau Darty valeur 30€.

4^{ème} : un tablier personnalisé, un bon cadeau Darty valeur 30€.

<http://smerra.fr/a3703-extra-en-cuisine-concours-etudiant-a-chambery>

Extra en cuisine Clermont-Ferrand, 2^{ème} édition

Nous aurons l'occasion d'accueillir lors de la finale le **30 mars** :

Membres du jury de Clermont-Ferrand :

Mr Stephane Ranieri - Chef du Restaurant L'En But,
Mme Émeline BORN - Chargée de Prévention MPU,
Mme Onalee REDDANI - Chargée de Prévention MPU,
Mr GUIGNARD - Chef du CROUS,
Mme Amandine Allezard – Chargée de Développement - Smerra.

Prix à Clermont-Ferrand :

1^{er} : un bon restaurant "L'En But", un robot Masterchef 2000 Moulinex, un panier de légumes.

2^{ème} : des bons cadeaux restau U "salon de Jaude" fresh express 3 en 1, un panier de légumes.

3^{ème} : un blender, un panier de légumes.

4^{ème} : un batteur, un panier de légumes.

<http://smerra.fr/a3708-extra-en-cuisine-concours-etudiant-a-clermont-ferrand>

Extra en cuisine Grenoble, 2^{ème} édition

Nous aurons l'occasion d'accueillir lors de la finale le **31 mars** :

Membres du jury de Grenoble :

Mr Christophe ARIBERT - Chef ** du Restaurant Les Terrasses à Uriage-les-Bains,
Mr Christophe LANDREVIE - Chef Cuisinier CROUS-Diderot,
Mme Sylvie SERRE - Infirmière Centre de Santé Université de Grenoble spécialisée en nutrition,
Pauline ZAVARONI - Gagnante du concours 2015,
Mme Claudia. FARNETI – Responsable Académique - SMERRA.

Prix à Grenoble :

1^{er} : un blender chauffant Moulinex valeur 119€, un tablier personnalisé.

2^{ème} : un syphon Cooky Siphon valeur 43€, un tablier personnalisé, 2 repas pour la salle bistronomique CROUS L'Oiseau Blanc.

3^{ème} : un tablier personnalisé, un bon cadeau Darty valeur 30€.

4^{ème} : un tablier personnalisé, un bon cadeau Darty valeur 30€.

<http://smerra.fr/a3705-extra-en-cuisine-concours-etudiant-a-grenoble>

Extra en cuisine Lyon, 2^{ème} édition

Nous aurons l'occasion d'accueillir lors de la finale le **31 mars** :

Membres du jury de Lyon :

Mr Marc BOISSIEUX - Chef du Restaurant l'Inattendu et Gagnant Masterchef 4,
Mme Gwenael BOUDIER - Professeur de Cuisine au lycée François Rabelais,
Mr Vincent LABOURET - Directeur du Crous,
Mme BAUME - Directrice de la Restauration Crous,
Mr Christophe MORAND - Chef de Cuisine et Coordonnateur Technique,
Mme Malika KEBAL - Crous,
Mr Dorian MEIN - Élu Étudiant Crous,
Mme Christine DIAZ - Clous,
Mr Timothée BERNARD - Représentant Élu Étudiant - Smerra,
Mme Marine CHAIX - Gagnante du concours cuisine 2015,
Mme Cvetanka ZITAROVA – Chargé de Développement - Smerra.

Prix à Lyon :

1^{er} : une carte cadeau Atelier des Chefs, un Bon KDO 100 €, un tablier personnalisé, un totebag, un livre de recette, la cuisine et l'élaboration d'un menu sur tous les resto'U.

2^{ème} : une carte cadeau Atelier des Chefs, un Bon KDO 50 €, un tablier personnalisé, un totebag, un livre de recette.

3^{ème} : un tablier personnalisé, un totebag, un livre de recette, un Bon KDO 30 €.

4^{ème} : un tablier personnalisé, un totebag, un livre de recette, un Bon KDO 30 €.

<http://smerra.fr/a3714-3714>

Extra en cuisine St-Etienne, 1^{ère} édition

Nous aurons l'occasion d'accueillir lors de la finale le **29 mars** :

Membres du jury de St-Etienne :

Mr Jean Pierre SANCHEZ - Directeur du Service Communication du CROUS,
Mr Noël LEONARDI - Chef de Cuisine Crous,
Mr Pierre VALANCONY - Coordonnateur Technique,
Mme Christine Diaz – Clous,
Mr Samuel COLLAUDIN - Représentant Élu Étudiant - Smerra,
Mr Jérôme AUPLAT – Responsable Académique - Smerra,
Mr Sébastien AULAS – Chargé de Développement - Smerra.

Prix à St-Etienne :

1^{er} : une carte cadeau Atelier des Chefs, un Bon KDO 100 €, un tablier personnalisé, un totebag, un livre de recette, la cuisine et l'élaboration d'un menu sur tous les resto'U.

2^{ème} : une carte cadeau Atelier des Chefs, un Bon KDO 50 €, un tablier personnalisé, un totebag, un livre de recette.

3^{ème} : un tablier personnalisé, un totebag, un livre de recette, un Bon KDO 30 €.

4^{ème} : un tablier personnalisé, un totebag, un livre de recette, un Bon KDO 30 €.

<http://smerra.fr/a3712-extra-en-cuisine-concours-etudiant-a-st-etienne>

La presse a parlé du concours cuisine étudiant de l'édition 2015 :

→ leprogres.fr > Rhône

Vous êtes dans l'édition abonné

Publié le 18/03/2015 à 05:00 |

LYON. Concours de cuisine des étudiants : pour une alimentation plus équilibrée

 Tweet 0  Share 0  +1  

La Smerra, gestionnaire de la sécurité sociale étudiante, en partenariat avec le Crous de Lyon et la Région Rhône-Alpes, a créé le premier concours de cuisine étudiante : « Tout le monde peut cuisiner ! ». Les étudiants participent en proposant une recette simple et équilibrée, à base de produits frais, avec la contrainte d'un budget de 10 € pour deux personnes. Les quatre finalistes sélectionnés cuisineront devant un jury de professionnels de la cuisine et de la santé publique. « La condition étudiante rime rarement avec alimentation équilibrée et les résultats d'une enquête révèlent plusieurs facteurs : modes de vie, moyens financiers limités... Nous avons décidé de nous mobiliser autour du Mois de l'équilibre alimentaire pour inciter les étudiants à mettre en application concrètement les principes d'une alimentation équilibrée, par le biais d'un concours de cuisine », précise Timothée Bernard, étudiant et président de la Smerra. Le concours est gratuit et ouvert à tous les étudiants. Pour participer :

<http://smerra.fr/concours-cuisine/lyon>

la montagne.fr

Fil info

■ AUVERGNE > PUY-DE-DÔME > CLERMONT-FERRAND 26/03/15 - 13H11

Concours de cuisine du Crous

Lu 112 fois

 Recommander  Partager Une personne recommande ça. Soyez le premier de vos amis.

Le Crous lance la première édition d'un concours de cuisine étudiante, en partenariat de la mutuelle SMERRA. Chaque participant devra réaliser une recette originale respectant les critères suivants : être adaptée à l'équipement d'une cuisine étudiante (plaque vitrocéramique 4 feux, micro-onde, évier), ne pas coûter plus de 10 € TTC pour 2 personnes et respecter les principes de l'équilibre alimentaire. Des prix seront attribués aux meilleures recettes, tandis que les finalistes cuisineront dans une résidence du Crous, en présence d'un jury de professionnels, mercredi 8 avril. Pour participer, les recettes sont à envoyer avant le 3 avril, à : <https://uitsem1.typeform.com/to/bv6mc7...>

Contact :

Mail : communication@uitsem.com

Téléphone : 04.72.76.70.77

Site internet : <http://smerra.fr/>