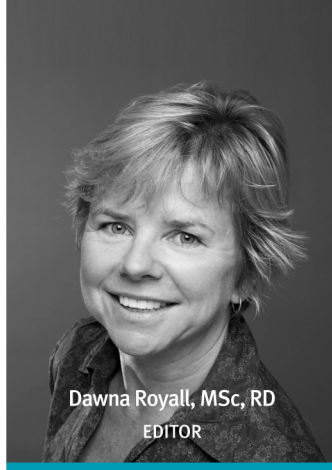


Improving cooking skills and confidence



Dawna Royall, MSc, RD
EDITOR

Améliorer les aptitudes culinaires et la confiance

A recent study reported that parents serve prepackaged, processed meals to their family, not only for reasons of convenience, but also due to lower self-efficacy for cooking and decreased ability to plan meals [1]. Programs targeting children may help to address this situation. In this issue of the *Journal*, [Zahr and Sibeko](#) report on the outcomes of a cooking and tasting program offered in schools, designed to help children gain knowledge and enjoyment from food and develop cooking skills. A quasi-experimental design collected information from grade 4 and 5 students who participated in the program compared to those who did not. The preliminary results suggest that improvements in food preferences for specific foods, skills, and cooking confidence can be achieved in preadolescents who participated in the program, and this translated to behavioural changes at home. This evaluation provides support for dietitians to collaborate with schools to develop and deliver similar hands-on programs.

At this time of year, we should all be aware of the 2017 nutrition month slogan, "Take the fight out of food! Spot the problem. Get the facts. Seek support." (www.nutritionmonth2017.ca). The resources and fact sheets provide evidence-based information and links to reputable websites and support to help Canadians end their struggles with food.

I would like to take this opportunity to formally acknowledge and extend my sincere appreciation to those individuals in 2016 who volunteered their time and expertise to review submissions to the *Journal* (see list of reviewers for 2016 <http://dcjournal.ca/page/reviewers-cjdr>). The volunteer peer review process maintains the high quality of published articles relevant to Canadian dietitians.

(Can J Diet Pract Res. 2017;78:2)

(DOI: [10.3148/cjdr-2016-039](https://doi.org/10.3148/cjdr-2016-039))

Published at dcjournal.ca on 22 February 2017

Reference

1. Horning ML, Fulkerson JA, Friend SE, Story M. Reasons Parents Buy Prepackaged, Processed Meals: It Is More Complicated Than "I Don't Have Time". *J Nutr Educ Behav*. 2017 Jan;49(1):60-66.e1. doi: [10.1016/j.jneb.2016.08.012](https://doi.org/10.1016/j.jneb.2016.08.012). Epub 2016 Oct 12. Abstract available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27743860>

Une étude récente a indiqué que les parents servent des repas transformés et préemballés non seulement parce qu'ils sont pratiques, mais également en raison d'un faible sentiment d'efficacité personnelle en cuisine et d'une aptitude limitée à planifier des repas [1]. Or, des programmes visant les enfants pourraient contribuer à résoudre ce problème. Dans ce numéro de la *Revue*, [Zahr et Sibeko](#) rapportent les résultats d'un programme culinaire et de dégustation offert dans les écoles pour aider les enfants à acquérir des connaissances sur les aliments, à cultiver le plaisir de bien manger et à développer des habiletés culinaires. Les enseignements recueillis au moyen d'un devis quasi expérimental ont permis de comparer les élèves de 4^e et de 5^e année ayant participé au programme à ceux qui n'y avaient pas participé. Les résultats préliminaires suggèrent que des améliorations des préférences pour certains aliments de même que des habiletés et de la confiance en cuisine peuvent être observées chez les préadolescents ayant participé au programme, et que ces améliorations se traduisent par des changements de comportement à la maison. Cette évaluation pourrait aider les diététistes à collaborer avec les écoles en vue de développer et mettre sur pied des programmes similaires.

À ce moment de l'année, nous devrions tous connaître le slogan du Mois de la nutrition 2017 : « Mettez fin au combat avec les aliments! Ciblez le problème, renseignez-vous et demandez de l'aide. » (www.moisdelanutrition2017.ca). Les ressources et les fiches d'information fournissent des renseignements fondés sur des données probantes ainsi que des liens vers des sites Web et des services de soutien dignes de confiance pour aider la population canadienne à mettre fin au combat avec les aliments.

J'aimerais profiter de cette occasion pour remercier sincèrement toutes les personnes qui, en 2016, ont offert bénévolement leur temps et leur expertise pour réviser les articles soumis à la *Revue* (consultez la liste des réviseurs pour 2016 <http://dcjournal.ca/page/reviewers-cjdr>). C'est ce processus bénévole d'examen par les pairs qui nous permet de publier des articles pertinents et de grande qualité pour les diététistes canadiens.

(Rev can prat rech diétét. 2017; 78:2)

(DOI: [10.3148/cjdr-2016-039](https://doi.org/10.3148/cjdr-2016-039))

Publié au dcjournal.ca le 22 février 2017

Référence

1. Horning ML, Fulkerson JA, Friend SE, Story M. Reasons Parents Buy Prepackaged, Processed Meals: It Is More Complicated Than "I Don't Have Time". *J Nutr Educ Behav*. 2017 Jan;49(1):60-66.e1. doi: [10.1016/j.jneb.2016.08.012](https://doi.org/10.1016/j.jneb.2016.08.012). Epub, 12 octobre 2016. Résumé disponible au : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27743860>

2016–2017

Editorial Board

Marcia Cooper, PhD, RD
Ottawa, ON

Karen Davison, PhD, RD
Mission, BC

Heather Keller PhD, RD
Waterloo, ON

Julia Wong, PhD, RD
Toronto, ON

Comité de rédaction

Wendy Dahl, PhD, RD
Gainesville, Florida

Nathalie Jobin, PhD, DtP
Montreal, QC

Daphne Lordly, DEd, PDt
Halifax, NS