

***École doctorale Sciences de l'Homme et de la Société***

Université de Lille Sciences humaines et sociales  
Laboratoire GERiiCO (EA 4073)  
Groupe d'Études et de Recherche Interdisciplinaire en Information et Communication

***Communication publique et alimentation***

**Une étude des dispositifs info-communicationnels  
à destination des enfants dans les écoles primaires**

Volume 2  
Soutenue le Mardi 14 novembre 2017

*T H È S E de doctorat*

*Discipline : Sciences de l'information et de la communication*

***Présentée par Marie Berthoud***

***Sous la direction de Simona De Iulio, professeure en Sciences de l'information et de la communication***

***Membres du jury :***

<b><i>Mme Simona De Iulio</i></b>	<b><i>Professeure des Universités, Université de Lille Sciences humaines et sociales, directrice</i></b>
<b><i>Mme Nicoletta Diasio</i></b>	<b><i>Professeure des Universités, Université de Strasbourg</i></b>
<b><i>M. Yves Jeanneret</i></b>	<b><i>Professeur émérite, CELSA, Université de Paris-Sorbonne</i></b>
<b><i>Mme Susan Kovacs</i></b>	<b><i>Maître de conférence, Université de Lille Sciences humaines et sociales</i></b>
<b><i>Mme Isabelle Pailliar</i></b>	<b><i>Professeure des Universités, Université de Grenoble Alpes</i></b>

## Table des matières

Introduction .....	2
I. Synthèse du corpus .....	3
II. Plan d'action européen pour une politique alimentaire et nutritionnelle 2015-2020 OMS. 16	
III. Documents à l'échelle nationale .....	44
III.1. Programme national nutrition santé 2011-2015 .....	45
III.2. Guide Recommandations sur l'alimentation et l'activité physique pour les enfants et les adolescents .....	112
III.3. Compte-rendu d'un clip promotionnel du PNNS.....	125
III.4. Demande officielle d'attribution du logo PNA « Notre modèle a de l'avenir » .....	128
IV. Dispositifs <i>Léo et Léa</i> , INPES .....	132
IV.1. Livret enfant <i>Léo et la terre</i> .....	133
IV.2. Livret professionnel <i>Léo et la terre</i> .....	172
IV.3. Fiches d'évaluation .....	201
V. Chartes des pauses méridiennes .....	218
V.1. Charte de la ville de Lille .....	219
V.2. Charte de la ville de Cholet .....	232
V.3. Charte de la ville de Saint-Thibault-des-Vignes .....	246
VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille .....	257
VI.1. Entretien avec un animateur, école Anatole France, le 13 Janvier 2014 .....	258
VI.2. Entretien avec un animateur, école Lalo-Clément, le 15 Janvier 2014.....	264
VI.3. Entretien avec un animateur, école Lalo-Clément, le 15 Janvier 2014.....	270
VI.4. Entretien avec un animateur, école Viala, le 16 Janvier 2014 .....	272
VI.5. Entretien avec un animateur, école Viala, le 16 Janvier 2014 .....	282
VI.6. Compte-rendu observation demi-journée de formation pour les animateurs.....	284
VI.7. Extrait d'une observation à l'école Michelet, quartier Centre, le 7 novembre 2013	293

## Introduction

Nous présentons dans ces annexes des documents sur lesquels nous nous sommes appuyées pour nos analyses ainsi que les entretiens et observations menés dans les écoles de la ville de Lille. Nous avons choisi de ne pas y inclure les programmes du PAM et de du PNA étant donné leur grand nombre de pages. Ils sont néanmoins facilement accessibles sur internet aux adresses suivantes :

PAM : <http://documents.wfp.org/stellent/groups/public/documents/communications/wfp268196.pdf>

PNA : [agriculture.gouv.fr/telecharger/75017?token=d0e8ccb2f64fe48913d543dd5b0fd5df](http://agriculture.gouv.fr/telecharger/75017?token=d0e8ccb2f64fe48913d543dd5b0fd5df)

En revanche, nous avons tenu à y insérer les programmes de l'OMS et du PNNS 3 afin d'en rendre l'accessibilité plus aisée au lecteur.

De la même manière, tous les livrets *Léo et Léa* n'ont pu être rassemblés dans ces annexes compte tenu de leur volume. Nous avons cependant tenu à joindre les deux livrets *Léo et la terre* (livret pour enfants et livret pour professionnels) qui ont été l'objet d'une attention plus particulière de notre part.

La première partie affiche un tableau récapitulatif de notre corpus. La seconde fait état du programme international de l'OMS. Dans la troisième partie de ces annexes, nous avons regroupé des documents liés aux programmes nationaux : le programme du PNNS 3, le guide de « Recommandations sur l'alimentation et l'activité physique pour les enfants et les adolescents » de l'INPES, le compte rendu d'un clip promotionnel du PNNS diffusé sur les grandes chaînes télévisées, ainsi qu'un document destiné aux professionnels et aux collectivités locales pour la demande d'attribution du logo PNA « Notre modèle a de l'avenir ». La quatrième partie réunit les documents relatifs au dispositif info-pédagogique *Léo et Léa* : les deux livrets *Léo et la terre* ainsi que les fiches d'évaluation communes à tous les livrets. La cinquième présente les différentes chartes des pauses méridiennes. Enfin, nous avons rassemblé en une sixième partie les entretiens et les observations menés dans les écoles de la ville de Lille.

I. Synthèse du corpus

## **I. Synthèse du corpus**

## I. Synthèse du corpus

ÉCHELLE TERRITORIALE	PRINCIPAL ÉNONCIATEUR	DATE DE PUBLICATION	INTITULE	FORMAT	PRINCIPAUX DESTINATAIRES	NUM
INTERNATIONAL	Organisation Mondiale de la Santé (OMS)	2010	<i>Guide pratique pour l'élaboration et la mise en œuvre d'une politique scolaire sur l'alimentation et l'exercice physique</i>	« Guide » et « outils pratique »	« Ministères de l'éducation et de la santé » nationaux et « autres organismes gouvernementaux et parties prenantes »	1
		2014	<i>Plan d'action européen pour une politique alimentaire et nutritionnelle 2015-2020</i>	« Plan » et « cadre d'actions »	« Politiques nationales » et « politiques intersectorielles »	2
	Programme Alimentaire Mondial (PAM)	2013	<i>La situation de l'alimentation scolaire dans le monde</i>	« Rapport » et « plan » d'actions	« Les gouvernements » nationaux ainsi que les « professionnels » de l'éducation et de la santé	3

## I. Synthèse du corpus

ÉCHELLE TERRITORIALE	PRINCIPAL ÉNONCIATEUR	DATE DE PUBLICATION	INTITULE	FORMAT	PRINCIPAUX DESTINATAIRES	NUM
<b>NATIONAL</b>	Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé (INPES)	2001	<i>Programme national de nutrition et de santé 2001-2005 (PNNNS 1)</i>	« Programme national » et « base » d'actions nationales	Professionnels de santé et d'éducation, entreprises publiques et privées, organismes à caractère public et privé, associations, fondations et collectivités territoriales	4
		2005	<i>Programme national de nutrition et de santé 2006-2011 (PNNNS2)</i>	« Programme national » et « base » d'actions nationales	Professionnels de santé et d'éducation, entreprises publiques et privées, organismes à caractère public et privé, associations, fondations et collectivités territoriales	5
		2010	<i>Programme national de nutrition et de santé 2011-2015 (PNNNS 3)</i>	« Programme national » et « base » d'actions nationales	Professionnels de santé et d'éducation, entreprises publiques et privées, organismes à caractère public et privé, associations, fondations et collectivités territoriales	6
		2011	<i>Au moins 5 fruits et légumes par jour sans effort</i>	« Dépliant/Flyers », « fiche conseils »	« population », « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	7

## I. Synthèse du corpus

ÉCHELLE TERRITORIALE	PRINCIPAL ÉNONCIATEUR	DATE DE PUBLICATION	INTITULE	FORMAT	PRINCIPAUX DESTINATAIRES	NUM
		2011	<i>Les féculents, un plaisir à chaque repas</i>	« Dépliant/Flyers », « fiche conseils »	« population », « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	8
		2011	<i>Viande, poisson, œufs, 1 à 2 fois par jour c'est essentiel</i>	« Dépliant/Flyers », « fiche conseils »	« population », « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	9
		2011	<i>3 produits laitiers par jour ? Vive la variété !</i>	« Dépliant/Flyers », « fiche conseils »	« population », « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	10
		2011	<i>Le sel : comment limiter sa consommation ?</i>	« Dépliant/Flyers », « fiche conseils »	« population », « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	11
		2011	<i>Limitez votre consommation de sucre tout en restant gourmand</i>	« Dépliant/Flyers », « fiche conseils »	« population », « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	12

## I. Synthèse du corpus

ÉCHELLE TERRITORIALE	PRINCIPAL ÉNONCIATEUR	DATE DE PUBLICATION	INTITULE	FORMAT	PRINCIPAUX DESTINATAIRES	NUM
		2011	<i>De l'eau sans modération</i>	« Dépliant/Flyers », « fiche conseils »	« population », « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	13
		2011	<i>Bouger chaque jour, c'est bon pour la santé</i>	« Dépliant/Flyers », « fiche conseils »	« population », « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	14
		2011	<i>Matières grasses : savoir les choisir et réduire sa consommation</i>	« Dépliant/Flyers », « fiche conseils »	« population », « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	15
		Non renseigné	<i>Le meilleur du goûter</i>	« Mémo »	« population », « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	16
		Non renseigné	<i>La vitamine B9 ou les Folates</i>	« Mémo »	« population », « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	17



## I. Synthèse du corpus

ÉCHELLE TERRITORIALE	PRINCIPAL ÉNONCIATEUR	DATE DE PUBLICATION	INTITULE	FORMAT	PRINCIPAUX DESTINATAIRES	NUM
		Non renseigné	<i>Pratique ! Le mémo nutrition</i>	« Mémo »	« population », « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	18
		2015	<i>Léo et la terre</i>	« Coffret pédagogique »	« Enseignants », « animateurs », « professionnels de l'éducation », « élèves », « enfants », « parents »	19
		2015	<i>Léo et l'eau</i>	« Coffret pédagogique »	« Enseignants », « animateurs », « professionnels de l'éducation », « élèves », « enfants », « parents »	20
		2015	<i>Léa et le feu</i>	« Coffret pédagogique »	« Enseignants », « animateurs », « professionnels de l'éducation », « élèves », « enfants », « parents »	21
		2015	<i>Léa et l'air</i>	« Coffret pédagogique »	« Enseignants », « animateurs », « professionnels de l'éducation », « élèves », « enfants », « parents »	22

## I. Synthèse du corpus

ÉCHELLE TERRITORIALE	PRINCIPAL ÉNONCIATEUR	DATE DE PUBLICATION	INTITULE	FORMAT	PRINCIPAUX DESTINATAIRES	NUM
		2001	« <i>La santé vient en mangeant</i> »	« Guide du PNNS »	« population », « parents », « enfants », « professionnels » de la santé et de l'éducation, « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	23
		2004	« <i>La santé vient en bougeant</i> »	« Guide du PNNS »	« population », « parents », « enfants », « professionnels » de la santé et de l'éducation, « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	24
		2004	« <i>Le guide pour les parents d'enfants de 0 à 3 ans</i> »	« Guide du PNNS »	« population », « parents », « professionnels » de la santé et de l'éducation, « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	25
		2004	« <i>Le guide pour les parents d'enfants de 0 à 18 ans</i> »	« Guide du PNNS »	« population », « parents », « enfants », « professionnels » de la santé et de l'éducation, « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	26

## I. Synthèse du corpus

ÉCHELLE TERRITORIALE	PRINCIPAL ÉNONCIATEUR	DATE DE PUBLICATION	INTITULE	FORMAT	PRINCIPAUX DESTINATAIRES	NUM
		2005	« <i>J'aime manger, j'aime bouger</i> »	« Guide du PNNS »	« population », « parents », « enfants », « adolescents », « professionnels » de la santé et de l'éducation, « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	27
		Non renseigné	<i>Recommandations sur l'alimentation et l'activité physique pour les enfants et les adolescents</i>	« Guide du PNNS »	« Parents », « enfants », « adolescents », « professionnels » de la santé et de l'éducation, « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	28
		2012	« <i>La santé dans ton assiette (les 7 groupes d'aliments)</i> »	« Affiche »	« parents », « enfants », « professionnels » de la santé et de l'éducation, « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	29
		2012	« <i>La santé dans ton assiette (les 4 saveurs)</i> »	« Affiche »	« parents », « enfants », « professionnels » de la santé et de l'éducation, « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	30
		2012	« <i>La santé vient en mangeant et en bougeant</i> »	« Affiche »	« parents », « enfants », « professionnels » de la santé et de l'éducation, « organismes à caractère public et privé », « association », « collectivités territoriales »	31

## I. Synthèse du corpus

ÉCHELLE TERRITORIALE	PRINCIPAL ÉNONCIATEUR	DATE DE PUBLICATION	INTITULE	DÉTAILS	FORMAT	PRINCIPAUX DESTINATAIRES	NUM
NATIONAL	Plan National pour l'Alimentation (PNA)	2015	Kit pédagogique : « Bien dans mon assiette, bien dans mes baskets »	« Le corps au travail »	« fiche pédagogique » du « kit »	Élèves cycle 2-3	32
				« A chacun ses besoins »			33
				« La digestion »			34
				« Le vocabulaire de l'alimentation »			35
				« Joules et calories »			36
				« Savoir s'alimenter »			37
				« Les aliments multifacettes »			38
				« Les nutriments énergétiques »			39
				« Les nutriments non-énergétiques »			40
				« Chaque repas a son importance »			41
				« Bon équilibre : le repère hebdomadaire »			42
				« Varier les aliments »			43
				« Préserver les goûts et les nutriments »			44
				« La conservation »			45
				« La cuisson »			46
				« 5 sens pour stimuler l'appétit et le goût »			47

## I. Synthèse du corpus

ÉCHELLE TERRITORIALE	PRINCIPAL ÉNONCIATEUR	DATE DE PUBLICATION	INTITULE	DÉTAILS	FORMAT	PRINCIPAUX DESTINATAIRES	NUM
				« Héritage culturel »			48
				« Construire les goûts de l'enfant »			49
				« Un monde de tradition »			50
				« Tous les repas du monde »			51
				« Religion et alimentation »			52
				« Pourquoi cuire la viande ? »			53
				« Les bienfaits de l'activité physique »			54
				« Dépenses énergétiques »			55
				« Choisir ses activités »			56
				« L'enfant et l'activité physique »			57
				« Les bienfaits du sport »			58
				« A chacun son sport »			59
				« Échauffement et récupération »			60
				« Livret enseignement »			« Livret », « dossier pédagogique »

## I. Synthèse du corpus

ÉCHELLE TERRITORIALE	PRINCIPAL ÉNONCIATEUR	DATE DE PUBLICATION	INTITULE	DÉTAILS	FORMAT	PRINCIPAUX DESTINATAIRES	NUM
				Fiche d'activité 1	« fiche d'activité »	Élèves cycle 2-3	62
				Fiche d'activité 2			63
				Fiche d'activité 3			64
				Fiche d'activité 4			65
				Fiche d'activité 5			66
				Fiche d'activité 6			67
				Fiche d'activité 7			68
				Fiche d'activité 8			69
				« Bien dans mon assiette, bien dans mes baskets »	« Affiche »	Élèves cycle 2-3	70
	Groupement d'Etude des Marchés en Restauration Collective et de Nutrition (GEMRCN)	2011	<i>Guide de recommandation s en nutrition dans le cadre de la restauration collective</i>		« Guide » et « outils pratique »	« Ministères de l'éducation et de la santé », « restaurants collectifs », « cantines scolaires », « professionnels de la restauration », « collectivités locales »	71

## I. Synthèse du corpus

ÉCHELLE TERRITORIALE	PRINCIPAL ÉNONCIATEUR	DATE DE PUBLICATION	INTITULE	DÉTAILS	FORMAT	PRINCIPAUX DESTINATAIRES	NUM
		2009	<i>Kit pédagogique Vinz et Lou</i>	« Manger, pour quoi faire ? »	« spots vidéos » format cours	Enfants cycle 2-3 Professionnels de l'éducation : enseignants et amateurs dans les écoles.	72
				« Les découvertes du palais »			73
				« Me raconte-t-on des salades ? »			74
				« La main à la pâte... et toque »			75
				« Et si la salade ? »			76
				« Dis, quand est-ce qu'on mange ? »			77
				« Sur un plateau... »			78
				« L'actifé physique »			79
				« À table ! »			80
				« King size »			81
				« Fajitas, tofus »			82
				« Opération mains propres »			83
				« Y a plus de saisons »			84
				« Tutti frutti »			85

# I. Synthèse du corpus

ÉCHELLE TERRITORIALE	PRINCIPAL ÉNONCIATEUR	DATE DE PUBLICATION	INTITULE	FORMAT	PRINCIPAUX DESTINATAIRES	NUM	
LOCAL	Mairie de la ville de Lille	2011	<i>« Charte de la pause méridienne de la ville de Lille »</i>	« Texte officiel », « charte », « guide »	« Parents », « personnels de la restauration scolaire » (pôle « animation », pôle « restauration et entretien des écoles »)	86	
		Novembre- Octobre 2014	<i>Menus des cantines scolaires</i>	« Menus mensuels »	« Parents », « enfants », « personnels de la restauration scolaire » (pôle « animation », pôle « restauration et entretien des écoles »)	87	
		2016	<i>Restauration scolaire et pause méridienne</i>	Page internet, « espace numérique »	« Famille », « parents », « enfants », « populations »	88	
			2009	<i>« Guide de l'animateur de la pause méridienne »</i>	« Guide de formation »	« Professionnels de la petite enfance », « animateurs », « éducateurs »	89
		Martin Médias spécialisée de revues d'expertises et du secteur professionnel	2001	<i>« Questions de goût »</i>	« Magazine », « journal », « dossier pratique », « fiches pratiques détachables »	« diplômés du B.A.F.A. », « animateurs des pauses méridiennes », « animateurs péri-scolaires »	90
		Ministère de la Ville, de la Jeunesse et des Sports	2003	<i>Dossier B.A.F.A encadrement des 7/12 ans</i>	« Guide de formation »	« diplômés du B.A.F.A. », « animateurs des pauses méridiennes », « animateurs péri-scolaires »	91



**II. Plan d'action européen pour une politique  
alimentaire et nutritionnelle 2015-2020 OMS**



## **Plan d'action européen pour une politique alimentaire et nutritionnelle 2015-2020**



**Comité régional de l'Europe**  
Soixante-quatrième session

EUR/RC64/14  
+ EUR/RC64/Conf.Doc./8

**Copenhague (Danemark), 15-18 septembre 2014**

24 juin 2014  
140426

Point 5 d) de l'ordre du jour provisoire

ORIGINAL : ANGLAIS

## **Plan d'action européen pour une politique alimentaire et nutritionnelle 2015-2020**

Le plan d'action vise à réduire dans une large mesure la charge des maladies non transmissibles évitables et liées à l'alimentation, de l'obésité et de toutes les autres formes de malnutrition encore répandues dans la Région européenne de l'OMS. Il préconise la prise de mesures par l'adoption d'approches pangouvernementales et pansociétales. Ses actions prioritaires contribueront à améliorer la gouvernance du système alimentaire, la qualité globale de l'alimentation de la population européenne et l'état nutritionnel de celle-ci.

### Présentation conceptuelle et éléments principaux

#### Vision

Santé 2020 a inspiré la vision d'une Région européenne où les effets négatifs des maladies non transmissibles évitables liées à l'alimentation et à la malnutrition sous toutes ses formes – y compris le surpoids et l'obésité – ont été considérablement atténués et où tous les citoyens ont une alimentation plus saine tout au long de leur vie.

#### Mission

Garantir à l'ensemble des citoyens de la Région européenne de l'OMS un accès universel à une alimentation équilibrée et saine à un prix abordable, ainsi que l'équité et l'égalité des sexes en matière de nutrition, par la mise en œuvre de politiques intersectorielles dans le contexte de Santé 2020.

#### Principes directeurs

- Lutter contre les inégalités en matière d'accès à une alimentation saine, comme l'énonce Santé 2020.
- Garantir les droits de la personne humaine et le droit à l'alimentation.
- Donner aux personnes et aux collectivités locales des moyens d'agir grâce à des environnements favorables à la santé.
- Adopter une approche portant sur toute la durée de la vie.
- Appliquer des stratégies fondées sur des bases factuelles.

#### But stratégique

Éviter les décès prématurés et alléger considérablement la charge des maladies non transmissibles évitables liées à l'alimentation, du surpoids, de l'obésité et de toutes les autres formes de malnutrition toujours présentes dans la Région européenne de l'OMS, qui sont fortement influencées par les déterminants sociaux de la santé et ont d'importantes répercussions négatives sur le bien-être et la qualité de vie.

#### Objectifs

Le but de ce plan d'action sera atteint en intervenant de façon coordonnée, sur tous les plans, dans toute une série de politiques, et ce dans le cadre d'une approche pangouvernementale envisageant la santé dans toutes les politiques. Les objectifs énumérés ci-dessous contribueront à améliorer la gouvernance du système alimentaire, la qualité globale de l'alimentation de la population et l'état nutritionnel de celle-ci. En définitive, ils promouvront la santé et le bien-être.

- Instaurer des environnements propices à la consommation d'aliments et de boissons sains.
- Faire valoir les bienfaits procurés par une conduite alimentaire saine tout au long de l'existence, notamment chez les groupes les plus vulnérables.
- Renforcer les systèmes de santé pour promouvoir une alimentation saine.
- Renforcer la surveillance, le suivi, l'évaluation et la recherche.
- Renforcer la gouvernance, les alliances et les réseaux pour assurer l'adoption d'une stratégie d'intégration de la santé dans toutes les politiques.

**Sommaire**

	page
Présentation conceptuelle et éléments principaux .....	ii
Introduction .....	1
Vision .....	4
Mission .....	5
But stratégique .....	5
Objet .....	5
Principes directeurs .....	6
Lutter contre les inégalités en matière d'accès à une alimentation saine, comme l'énoncé Santé 2020 .....	6
Garantir les droits de la personne humaine et le droit à l'alimentation .....	6
Donner aux personnes et aux collectivités locales des moyens d'agir grâce à des environnements favorables à la santé .....	6
Adopter une approche portant sur toute la durée de la vie .....	7
Appliquer des stratégies fondées sur des bases factuelles .....	7
Calendrier .....	7
Objectifs, priorités et outils .....	7
Instaurer des environnements propices à la consommation d'aliments et de boissons sains .....	8
Faire valoir les bienfaits procurés par une conduite alimentaire saine tout au long de l'existence, notamment chez les groupes les plus vulnérables .....	8
Renforcer les systèmes de santé pour promouvoir une alimentation saine .....	9
Renforcer la surveillance, le suivi, l'évaluation et la recherche .....	9
Renforcer la gouvernance, les alliances et les réseaux pour assurer l'adoption d'une stratégie d'intégration de la santé dans toutes les politiques .....	9
Autres recommandations sur les actions et les outils en vue d'atteindre les objectifs du « Plan d'action européen pour une politique alimentaire et nutritionnelle 2015-2020 » .....	10
Objectif 1 – Instaurer des environnements propices à la consommation d'aliments et de boissons sains .....	10
Objectif 2 – Faire valoir les bienfaits procurés par une conduite alimentaire saine tout au long de l'existence, notamment chez les groupes les plus vulnérables .....	13
Objectif 3 – Renforcer les systèmes de santé pour promouvoir une alimentation saine ...	14
Objectif 4 – Renforcer la surveillance, le suivi, l'évaluation et la recherche .....	15
Objectif 5 – Renforcer la gouvernance, les alliances et les réseaux pour assurer l'adoption d'une stratégie d'intégration de la santé dans toutes les politiques .....	16
Bibliographie .....	16



### Introduction

1. Une analyse de l'étude sur la charge mondiale des maladies 2010 montre que dans tous les États membres de la Région européenne de l'OMS, les principaux facteurs nuisant à la santé et au bien-être sont ceux d'ordre alimentaire. Il est reconnu que la malnutrition, notamment la dénutrition, les carences en micronutriments, le surpoids et l'obésité, ainsi que les maladies non transmissibles dues à un régime alimentaire peu équilibré ont un coût social et économique élevé pour les individus, les familles, les communautés et les pouvoirs publics.

2. Des six Régions de l'OMS, la Région européenne est la plus touchée par les maladies non transmissibles, la première cause d'invalidité et de mortalité. Les maladies cardiovasculaires, le diabète, le cancer et les maladies respiratoires (les quatre principales maladies non transmissibles) représentent ensemble 77 % de la charge de morbidité et presque 86 % de la mortalité prématurée. L'excès de poids corporel (indice de masse corporelle  $> 25 \text{ kg/m}^2$ )<sup>1</sup>, l'apport excessif de calories, la consommation de graisses saturées, d'acides gras *trans*, de sucre et de sel, ainsi qu'une faible consommation de légumes, de fruits et de céréales complètes constituent les principaux facteurs de risque et problèmes prioritaires. En outre, la Région est confrontée au fardeau double de la malnutrition, puisque certains pays observent simultanément, et à des degrés élevés, aussi bien le surpoids et l'obésité que les carences en nutriments.

3. Au cours de ces dernières décennies, on a signalé dans beaucoup de pays de la Région des taux en hausse pour le surpoids et l'obésité. Les statistiques sont alarmantes : dans 46 pays (soit 87 % de la Région), plus de 50 % des adultes sont en surpoids ou obèses, et dans plusieurs de ces pays, ce taux frôle les 70 % de la population adulte. Les chiffres de la base de données de l'Observatoire mondial de la santé de l'OMS montrent qu'en moyenne (estimation grossière), 57,4 % des adultes âgés de  $\geq 20$  ans (des deux sexes) présentent une surcharge pondérale ou sont obèses. Le surpoids et l'obésité provoqueraient chaque année la mort de quelque 320 000 hommes et femmes dans 20 pays d'Europe de l'ouest. La situation est particulièrement préoccupante dans les pays de la partie orientale de la Région, étant donné la vitesse à laquelle les taux de prévalence chez les enfants et les adolescents sont en train de rattraper ceux de la partie occidentale de la Région et le fait que dans certaines zones d'Europe orientale, les taux de surpoids et d'obésité ont plus que triplé depuis 1980.

4. Le surpoids et l'obésité ont également une prévalence élevée chez les enfants et les adolescents, en particulier dans les pays d'Europe méridionale. Ils touchent surtout les enfants de parents peu instruits, et ce sont les groupes sociaux les plus démunis qui continuent d'être particulièrement affectés par ce problème. Le cycle 2 de l'Initiative pour la surveillance de l'obésité infantile (COSI, pour *Childhood Obesity Surveillance Initiative*) de l'OMS (2009-2010) a montré qu'en moyenne, 1 enfant sur 3 âgé de 6 à 9 ans était en surpoids ou obèse dans les pays participant à l'enquête<sup>2</sup>. La prévalence de la surcharge pondérale (y compris l'obésité) variait de 24 à 57 % chez les garçons et de 21 à 50 % chez les filles, et celle de l'obésité de 9 à 31 % chez les garçons et de 6 à 21 % chez les filles. L'Enquête sur le comportement des jeunes d'âge scolaire en matière de santé (HBSC) dans la Région européenne de l'OMS de 2009-2010 a révélé que la prévalence de la surcharge pondérale et de l'obésité oscillait entre 11 et 33 % chez les enfants âgés de 11 ans, entre 12 et 27 % chez ceux de 13 ans et entre 10 et 23 % chez ceux de 15 ans. Cette enquête a également montré, dans certains pays, une prévalence plus importante de surcharge

<sup>1</sup> L'obésité (indice de masse corporelle  $> 30 \text{ kg/m}^2$ ) ne constitue pas seulement un facteur de risque pour tout un ensemble de maladies et d'affections, mais figure dans la *Classification internationale des maladies* de l'OMS, 10<sup>e</sup> révision (CIM-10).

<sup>2</sup> Pour obtenir une liste des pays ayant participé à l'enquête, consultez le site suivant (en anglais) : <http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/activities/monitoring-and-surveillance/who-european-childhood-obesity-surveillance-initiative-cosi>.

## II. Plan d'action européen pour une politique alimentaire et nutritionnelle 2015-2020 OMS

EUR/RC64/14  
page 2

pondérale, associée à un statut socioéconomique faible. Chez les enfants, les indicateurs d'une composition corporelle insuffisante (y compris la faible masse musculaire) sont également source de préoccupation. Les bases factuelles indiquent que la hausse du taux d'obésité chez les groupes de bas statut socioéconomique peut en partie résulter de leur plus grande exposition aux environnements dans lesquels il y a un accès limité aux aliments sains et moins de possibilités de pratiquer une activité physique.

5. Certains pays de la Région vivent une transition sur le plan nutritionnel et démographique, avec une hausse rapide des taux de surpoids, d'obésité et de maladies non transmissibles liées à l'alimentation, accompagnées d'une persistance de la dénutrition, en particulier dans les foyers pauvres. Cette situation peut souvent entraîner dans les communautés et les ménages la coexistence du surpoids et de l'obésité avec une grande insécurité alimentaire et nutritionnelle<sup>3</sup>. Des études menées en 2007-2011 chez les enfants âgés de 0 à 5 ans ont révélé que les retards de croissance sont fréquents dans la Région, à un taux allant de 7 à 39 %. Les taux d'allaitement maternel exclusif ne progressent plus dans la Région, et les pratiques en matière d'administration de compléments alimentaires sont encore souvent inadaptées. Des carences en micronutriments, surtout en fer et en iode, restent fréquentes, notamment parmi les populations vulnérables. La recherche indique également que certains groupes de population de la Région ont peut-être une carence en autres micronutriments, notamment en vitamine D.

6. La promotion d'aliments sains et variés, facilement accessibles (que l'on peut se procurer, et pour un prix abordable) constitue un important moyen d'améliorer la santé, le bien-être et la qualité de vie de la population, de favoriser le vieillissement en bonne santé et d'aplanir les inégalités de santé. Cela va nécessiter d'allouer des efforts et des moyens supplémentaires, encore renforcés par les efforts consentis pour améliorer les connaissances et aptitudes dans le domaine alimentaire. Soutenir les groupes les plus vulnérables afin que toutes les personnes vivant dans la Région européenne de l'OMS puissent profiter des bienfaits d'une alimentation saine à un prix abordable et d'une vie active en ces temps où les moyens sont limités constitue un impératif éthique.

7. Ce « Plan d'action européen pour une politique alimentaire et nutritionnelle 2015-2020 » de l'OMS a été formulé en s'inspirant des cadres mondiaux existants pour les politiques de prévention et de lutte contre les maladies non transmissibles et pour la nutrition, notamment le « Plan d'action mondial pour la lutte contre les maladies non transmissibles 2013-2020 » de l'OMS et le « Plan d'application exhaustif concernant la nutrition chez la mère, le nourrisson et le jeune enfant ». Il s'inspire des travaux en cours et connexes au niveau régional, notamment dans le domaine de l'hygiène de l'environnement, de l'activité physique, du vieillissement en bonne santé, de la santé des enfants et des adolescents, et des efforts persistants visant à assurer la sécurité sanitaire des aliments dans la Région européenne. De même, ce plan d'action soutient le « Plan d'action de l'Union européenne sur l'obésité infantile, 2014-2020 », et s'inscrit dans le droit fil de ce dernier.

8. En outre, en 2013, les ministres des pays de la Région européenne ont adopté la « Déclaration de Vienne sur la nutrition et les maladies non transmissibles dans le contexte de Santé 2020 », qui plaide pour une intervention décisive et concertée. Cette déclaration est la reconnaissance du fait que les stratégies visant à améliorer la santé alimentaire nécessitent une prise de mesures par les pouvoirs publics dans un large éventail de domaines, et devraient s'appuyer sur des bases factuelles toujours plus probantes démontrant l'efficacité d'une riposte

---

<sup>3</sup> Il y a sécurité alimentaire lorsque l'ensemble de la population a, à tout moment, l'accès physique, social et économique à une alimentation suffisante, saine et nutritive pour répondre à ses besoins énergétiques et à ses préférences alimentaires pour mener une vie active et en bonne santé. Étant donné le rôle essentiel de la nutrition, « la sécurité alimentaire et nutritionnelle » témoigne mieux de l'importance de trouver un équilibre entre la quantité (énergie) et la qualité (diversité alimentaire).



globale incorporant un noyau fixe de politiques. C'est également la reconnaissance du fait qu'une adoption et une mise en œuvre réussies de ces politiques exigent de maintenir l'accent sur les démarches favorisant la santé dans toutes les politiques et l'approche pangouvernementale pour la mise en place de systèmes alimentaires sains et durables, en alignement avec la stratégie européenne Santé 2020. Par conséquent, une grande partie des mesures nécessaires doit être prise en dehors du secteur de la santé.

9. Le présent plan d'action sert de cadre d'orientation aux États membres. Il soutient et encourage une mise en œuvre plus généralisée d'un « menu » de politiques efficaces au niveau national, comprenant des approches cohérentes, coordonnées et multisectorielles. Comme les facteurs socioéconomiques jouent un rôle majeur dans l'alimentation peu saine et la mauvaise nutrition, les pouvoirs publics doivent adopter des stratégies et politiques touchant toute la population, et mettre en œuvre des interventions ciblées. Les ministères de la Santé doivent d'ailleurs jouer un rôle important à cet égard. Cela contribuera à garantir que les environnements dans lesquels nous vivons favorisent et encouragent des habitudes de consommation et une alimentation saines.

10. Durant la mise en œuvre de ce plan d'action, l'OMS continuera à soutenir et à stimuler les États membres et à leur prodiguer des conseils sur la nutrition et la santé dans le contexte de Santé 2020, contribuant ainsi à l'objectif global : assurer à tous, et durablement, une vie saine. Parmi les options stratégiques que les pouvoirs publics pourraient envisager, citons les mesures qui influencent la production, le marketing, la disponibilité et l'abordabilité des aliments (qui ensemble peuvent influencer sur l'accès), tout en mettant également l'accent sur la sensibilisation de la population ; sur les aptitudes, capacités et connaissances en matière d'alimentation et de nutrition ; et sur le rôle des professionnels de santé en tant que nutritionnistes, particulièrement dans le contexte des soins de santé primaires. Les politiques et les outils devant soutenir la mise en œuvre et décrits dans le présent plan d'action sont pertinents pour tous les pays de la Région, mais conservent une certaine souplesse dans la conception et sont adaptables aux contextes nationaux, à la législation en vigueur et aux importantes dimensions culturelles de la nutrition. Ce plan d'action comporte des recommandations en faveur de politiques et d'outils innovateurs et fondés sur des bases factuelles, qui fixent des priorités pour lutter contre la malnutrition sous toutes ses formes, y compris par la mise en place de démarches communes pour réagir à des enjeux régionaux communs.

11. Les États membres travailleront ensemble, grâce à ces stratégies efficaces de promotion d'une alimentation et d'habitudes alimentaires saines, en répondant aux priorités comme l'apport excessif de calories, de graisses saturées, d'acides gras *trans*, de sucre et de sel, et la consommation insuffisante de fruits, de légumes et de céréales complètes. En même temps, ils s'attacheront à réduire les carences protéino-énergétiques et en micronutriments ainsi que les niveaux d'insécurité alimentaire et nutritionnelle inacceptables chez certains groupes vulnérables, comme les personnes âgées, les femmes enceintes et les populations défavorisées sur le plan socioéconomique. Les aliments et boissons non alcoolisés fortement énergétiques et pauvres en micronutriments – dont la consommation devrait être limitée dans le cadre d'une alimentation saine – sont définis aux fins du présent document comme des « produits alimentaires riches en énergie, en graisses saturées, en acides gras *trans*, en sucre ou en sel ».

12. Dans la Région européenne de l'OMS, l'expérience en matière de politiques nutritionnelles nationales a mis en évidence la valeur intrinsèque des outils communs ou partagés, ainsi que l'application et le transfert des connaissances. En outre, il importe de disposer de mécanismes de suivi bien développés en vue de déceler les tendances et de mesurer l'impact des politiques au fil du temps, afin de garantir une prise de responsabilités en faveur de la santé et de l'équité. Dans le cadre de ce plan d'action, les États membres travailleront aussi ensemble, avec l'appui du Bureau régional de l'OMS pour l'Europe, afin d'élaborer des outils communs, de procéder à un partage de données d'expérience, d'améliorer la disponibilité des données et de renforcer les capacités de

surveillance et de contrôle, avec une évaluation de la mise en œuvre des politiques et de leur impact.

13. Afin d'évoluer plus rapidement vers une solution contre la malnutrition sous toutes ses formes, les stratégies alimentaires et nutritionnelles doivent également aborder la question de la gouvernance. En suivant les recommandations sur la gouvernance proposées par Santé 2020, les chefs de gouvernement et les décideurs devraient établir des mécanismes de gouvernance qui préservent l'intégrité d'un processus décisionnel efficace, mais mobilisent également les volontés politiques en faveur d'une lutte contre la malnutrition grâce à une collaboration intersectorielle entre les ministères, les institutions nationales et locales, les experts, la société civile et, lorsque cela est indiqué, le secteur privé. L'adoption d'approches intergouvernementales plurivalentes peut garantir la participation politique, définir les rôles et les responsabilités de divers secteurs gouvernementaux et faciliter l'obtention d'un accord sur les programmes, les objectifs et les buts communs. Compte tenu de son rôle dans la production alimentaire, la distribution et la vente au détail, il est nécessaire de faire participer le secteur privé. Cependant, cette participation doit être liée aux activités de base des intervenants et s'inscrire dans le contexte des normes et incitants établis par les pouvoirs publics afin de répondre à des objectifs en matière de nutrition et de santé. On veillera également à éviter les conflits d'intérêt dans l'élaboration des politiques.

14. Dans le contexte de ce plan d'action, il est établi qu'une alimentation saine peut contribuer à la réalisation des cibles mondiales volontaires en matière de maladies non transmissibles adoptées lors de la Soixante-sixième Assemblée mondiale de la santé. Il s'agit notamment de parvenir à une baisse relative de 25 % de la mortalité prématurée due à des maladies non transmissibles pour 2025. Une alimentation saine contribuera également à atteindre les cibles mondiales volontaires existantes relatives à la nutrition de la mère, du nourrisson et du jeune enfant.

15. D'autres cibles mondiales volontaires dégagées de ces processus mondiaux et devant être atteintes d'ici 2025 sont incluses au besoin dans ce plan d'action européen :

- stopper la progression de l'obésité et du diabète ;
- freiner la prévalence toujours plus élevée de la surcharge pondérale chez les enfants de moins de cinq ans ;
- réduire de 30 % la consommation moyenne de sel et de sodium au sein de la population ;
- porter à au moins 50 % le taux d'allaitement maternel exclusif pendant les six premiers mois de vie ;
- réduire de 40 % la proportion d'enfants souffrant d'un retard de croissance ;
- réduire de 50 % la prévalence de l'anémie chez les femmes en âge de procréer, mais pas enceintes.

### **Vision**

16. Santé 2020 a inspiré la vision d'une Région européenne où les effets négatifs des maladies non transmissibles évitables liées à l'alimentation et à la malnutrition sous toutes ses formes – y compris le surpoids et l'obésité – ont été considérablement atténués et où tous les citoyens ont une alimentation plus saine tout au long de leur vie.

### Mission

17. Garantir à l'ensemble des citoyens de la Région européenne de l'OMS un accès universel à une alimentation équilibrée et saine à un prix abordable, ainsi que l'équité et l'égalité des sexes en matière de nutrition, par la mise en œuvre de politiques intersectorielles dans le contexte de Santé 2020.

### But stratégique

18. Éviter les décès prématurés et alléger considérablement la charge des maladies non transmissibles évitables liées à l'alimentation, du surpoids, de l'obésité et de toutes les autres formes de malnutrition toujours présentes dans la Région européenne de l'OMS, qui sont fortement influencées par les déterminants sociaux de la santé et ont d'importantes répercussions négatives sur le bien-être et la qualité de vie.

19. Ce but sera atteint en intervenant de façon coordonnée, sur tous les plans, dans toute une série de politiques, et ce dans le cadre d'une approche pangouvernementale envisageant la santé dans toutes les politiques. Ce plan d'action est destiné à soutenir la mise en œuvre coordonnée, globale, des stratégies, plans d'action et politiques nationaux visant à améliorer la gouvernance des systèmes alimentaires, en réduisant autant que possible les facteurs de risque nutritionnels et en limitant la prévalence des maladies liées à l'alimentation, l'accent étant mis sur l'intégration tout au long de la vie. De plus, il esquissera une orientation générale pour la mise en place, le développement et la consolidation de mesures raisonnables et réalisables.

### Objet

20. Ce plan d'action se concentre sur l'alimentation et la nutrition en tant que facteurs principaux de la santé et du bien-être dans la Région européenne, en s'attachant tout particulièrement au fardeau des maladies non transmissibles qui y est associé. Il couvre toutes les formes de malnutrition, y compris le surpoids et l'obésité, tout au long de la vie. Plus précisément, il vise à remédier aux problèmes suivants :

- l'accès inéquitable à une nutrition adéquate tout au long de la vie et la répartition inéquitable de la surcharge pondérale, de l'obésité, des maladies non transmissibles liées à l'alimentation et de la malnutrition ;
- l'absence persistante d'informations nutritionnelles facilement compréhensibles sur les produits alimentaires, grâce auxquelles le choix sain pourrait être le choix facile, et l'insuffisance des connaissances, des aptitudes et des compétences en matière de nutrition et d'alimentation saine, ce qui limite la capacité de la population à agir en fonction de ces informations ;
- la présence d'aliments peu sains dans des environnements clés comme les écoles, les établissements publics, les établissements de restauration et les points de vente au détail ;
- le marketing généralisé, auprès des enfants, d'aliments et de boissons riches en énergie, en graisses saturées, en acides gras *trans*, en sucre ou en sel et le marketing inapproprié d'aliments de suivi (de deuxième âge) et de compléments alimentaires pour nourrissons et jeunes enfants ;
- un besoin constant de veiller à ce que les services de santé et d'aide sociale disposent des outils et des ressources afin de prioriser la promotion de la santé et la prévention des maladies, en vue de relever les défis de la nutrition et de lutter contre les maladies liées à l'alimentation ;

- L'absence continue d'une harmonisation entre les buts de santé et les politiques mondiales, régionales et locales régissant le commerce et la chaîne d'approvisionnement alimentaire, ce qui influence la qualité nutritionnelle des aliments disponibles à un prix abordable et, par conséquent, la sécurité alimentaire et nutritionnelle de la population.

### **Principes directeurs**

#### ***Lutter contre les inégalités en matière d'accès à une alimentation saine, comme l'énonce Santé 2020***

21. Une réduction des inégalités sociales contribuera de façon significative à la santé et au bien-être, et notamment aux résultats obtenus en matière de situation nutritionnelle et de conduite alimentaire. Les causes de l'inégalité sont complexes et profondément enracinées, ce qui accentue la position de faiblesse et la vulnérabilité durant toute la vie et de génération en génération. Santé 2020 et la Déclaration de Vienne reflètent toutes deux une volonté croissante de s'attaquer à la mauvaise nutrition et aux conduites alimentaires peu saines dans les pays et dans l'ensemble de la Région, surtout parmi les groupes les plus vulnérables. La lutte contre les inégalités évitables dans le domaine de l'alimentation et l'instauration d'un accès universel quels que soient les gradients sociaux (âge, sexe, origine ethnique, handicap ou situation socioéconomique) seront nécessaires pour obtenir les meilleurs résultats, et soutiendront le capital humain et l'économie dans tous les États membres en ces temps où les moyens sont limités. Des politiques ayant pour effet d'améliorer la disponibilité, l'accessibilité et l'acceptabilité d'aliments sains pour les groupes les plus vulnérables (et influençant ainsi l'accessibilité des régimes alimentaires sains) peuvent contribuer à réduire les risques de maladie auxquels ceux-ci sont exposés et, en tandem avec les politiques menées dans d'autres domaines, aider à combler le fossé. Lors de la conception des politiques et de la prise de mesures en vue de les appliquer, il faudrait prendre en considération leur impact sur les inégalités.

#### ***Garantir les droits de la personne humaine et le droit à l'alimentation***

22. La communauté internationale reconnaît la bonne nutrition et la bonne santé comme des droits humains fondamentaux. Le respect, la promotion et la protection des droits de la personne humaine font partie intégrante d'une prévention et d'une lutte efficaces contre la malnutrition et les maladies non transmissibles liées à l'alimentation. Des stratégies doivent donc être formulées et mises en œuvre en conséquence. Pour garantir le droit à l'alimentation, qui figure désormais dans la constitution de nombreux pays, il faut mettre en place des systèmes alimentaires durables, équitables, accessibles et résilients qui assurent la sécurité alimentaire et nutritionnelle au sens large, ainsi que la fourniture et la consommation d'aliments dont l'apport nutritionnel est favorable à la santé et à la prévention des maladies non transmissibles. La priorité doit être accordée à l'action sur les déterminants de la sécurité alimentaire et nutritionnelle (approvisionnement durable et adéquat, hygiène et qualité constante, disponibilité généralisée à un prix toujours abordable et accès garanti partout) ainsi que sur les déterminants des choix des consommateurs et des habitudes de consommation.

#### ***Donner aux personnes et aux collectivités locales des moyens d'agir grâce à des environnements favorables à la santé***

23. Les personnes et les collectivités locales devraient être habilitées à prévenir la malnutrition et les maladies non transmissibles liées à l'alimentation et à y remédier, et incitées à participer aux actions en ce sens, y compris par des politiques visant à instaurer des environnements sains sur le plan alimentaire et à garantir la protection des droits des consommateurs. Une attention

particulière doit être accordée aux approches participatives, en vue de garantir la collaboration du public et d'obtenir leur soutien aux mesures prises dans ces domaines.

### ***Adopter une approche portant sur toute la durée de la vie***

24. Cette approche est essentielle pour la prévention et la maîtrise des maladies non transmissibles d'origine alimentaire et de la malnutrition sous toutes ses formes. La première démarche de cette approche porte sur l'état et la santé nutritionnels de la mère avant et durant la grossesse. L'étape suivante concerne les bonnes pratiques en matière de nutrition du nourrisson, y compris la promotion de l'allaitement au sein. Les mesures visant à encourager une alimentation saine pour les enfants, les adolescents et les jeunes sont renforcées et soutenues par la promotion d'une conduite alimentaire saine durant la vie active, de la nutrition favorisant un vieillissement en bonne santé et de soins nutritionnels pour personnes âgées souffrant de maladies non transmissibles liées à l'alimentation et de carences en micronutriments. Elles portent également sur la prise en charge nutritionnelle des patients atteints de problèmes nutritionnels d'origine pathologique.

### ***Appliquer des stratégies fondées sur des bases factuelles***

25. Les stratégies de prévention et de lutte contre les maladies non transmissibles liées à l'alimentation, le surpoids, l'obésité et toutes les autres formes de malnutrition, y compris les carences en micronutriments, doivent s'inspirer des meilleures données scientifiques existantes et des principes de la santé publique et devraient être affranchies de tout conflit d'intérêt. Il faut principalement mettre l'accent sur la mise en œuvre de mesures reposant sur des données probantes en prévoyant des interventions supplémentaires, depuis la mise en place et la diffusion de bonnes pratiques jusqu'à l'application institutionnalisée et intensifiée de mesures efficaces. Il convient d'accorder une attention particulière à l'application et à l'échange des savoirs.

### **Calendrier**

26. Ce plan d'action sera mis en œuvre de 2015 à 2020, avec l'appui du Bureau régional, par le biais de plans de travail biennaux à l'échelle de la Région et de stratégies de collaboration avec les pays. En outre, le Bureau régional aidera les États membres en préparant des outils spécifiques et des conseils techniques sur l'élaboration des politiques, avec le concours des États membres. Des réunions des réseaux de connaissances et d'action de l'OMS et des consultations en ligne seront notamment organisées à cette fin. Le Bureau régional présentera un rapport de situation intermédiaire en 2018.

27. Un cadre de suivi comprenant des indicateurs pertinents issus des cadres de suivi mondiaux de l'OMS et des indicateurs propres au « Plan d'action européen pour une politique alimentaire et nutritionnelle 2015-2020 » sera mis en place pour septembre 2015. Ce cadre sera utilisé par le Bureau régional, en collaboration avec les États membres, afin d'évaluer les progrès accomplis dans la mise en œuvre des recommandations contenues dans ce plan d'action. Il contribuera à ce que la base de données européenne de l'OMS sur la nutrition, l'obésité et l'activité physique puisse continuer à être étoffée.

### **Objectifs, priorités et outils**

28. En fonction de la situation nationale, les États membres doivent élaborer des stratégies et plans d'action (ou étendre la portée de ceux existant) de manière à atteindre les objectifs du plan d'action, ces derniers étant largement conformes à ceux de la « Déclaration de Vienne sur la

nutrition et les maladies non transmissibles dans le contexte de Santé 2020 ». On veillera également à incorporer ou à adapter, au besoin, les mesures stratégiques prioritaires et outils proposés.

### ***Instaurer des environnements propices à la consommation d'aliments et de boissons sains***

29. Adopter des mesures strictes limitant l'impact global<sup>4</sup>, sur les enfants, de toute forme de marketing d'aliments riches en énergie, en graisses saturées, en acides gras *trans*, en sucre ou en sel. Veiller à ce que des dispositions appropriées soient prises pour que la réalisation de cet objectif soit évaluée dans le cadre d'un suivi et d'un examen indépendants.

30. Utiliser des outils communs dans le contexte des politiques visant à limiter le marketing, auprès des enfants, d'aliments riches en énergie, en graisses saturées, en acides gras *trans*, en sucre ou en sel, comme la définition de profils nutritionnels.

31. Envisager le recours à des outils économiques (incitants de la chaîne d'approvisionnement et de distribution, subventions ciblées, fiscalité, etc.) afin de promouvoir une alimentation saine, en tenant dûment compte de l'impact global sur les groupes vulnérables.

32. Promouvoir, grâce au leadership des pouvoirs publics, la reformulation des produits, des améliorations de la qualité nutritionnelle de l'approvisionnement en aliments, le recours à un étiquetage explicatif ou facile à comprendre pour le consommateur sur la face avant des emballages et des points de vente au détail d'aliments sains.

33. S'engager dans une collaboration entre les divers pouvoirs publics afin de faciliter les choix alimentaires plus sains dans des contextes tels que les écoles, les jardins d'enfants, les crèches, les hôpitaux, les institutions publiques et les lieux de travail, notamment par l'établissement de normes. À titre d'exemples, il convient de mentionner les politiques nutritionnelles à l'école, telles que les programmes d'incitation à la consommation de fruits à l'école, et les normes nutritives et alimentaires pour les produits disponibles dans les établissements publics, celles-ci pouvant d'ailleurs contribuer à la réduction des inégalités.

### ***Faire valoir les bienfaits procurés par une conduite alimentaire saine tout au long de l'existence, notamment chez les groupes les plus vulnérables***

34. Investir dans le domaine de la nutrition le plus tôt possible, avant et pendant la grossesse, notamment en protégeant, en promouvant et en soutenant l'allaitement au sein et en luttant contre les obstacles empêchant ce type d'allaitement, tout en prenant des dispositions en faveur d'une alimentation complémentaire appropriée.

35. Améliorer la capacité des citoyens à opérer des choix sains, en tenant compte des besoins des différents groupes d'âge, sexes et groupes socioéconomiques, par des initiatives à composants multiples, afin d'améliorer les connaissances du public sur l'alimentation et la santé et de renforcer ses aptitudes en matière d'alimentation et de nutrition. Si les contextes préscolaires et

---

<sup>4</sup> Compte tenu de l'efficacité des pratiques de marketing en termes d'exposition (couverture, fréquence) et de puissance ou d'efficacité (contenu, conception, exécution du message commercial), l'objectif politique global doit être de réduire à la fois l'exposition des enfants au marketing des aliments riches en graisses saturées, en acides gras *trans*, en sucres libres ou en sel, et l'efficacité même de ces pratiques commerciales.

scolaires représentent d'excellents points de départ, il importe également de prendre en compte les occasions de sensibiliser la population active.

36. Encourager le recours aux médias sociaux et aux nouvelles techniques pour promouvoir les choix alimentaires favorables à la santé et les modes de vie plus sains.

37. Adopter des instruments et stratégies afin de répondre aux besoins nutritionnels propres aux groupes vulnérables, dont les personnes âgées, tant pour celles qui vivent dans des établissements spécialisés que pour celles qui vivent en dehors.

### ***Renforcer les systèmes de santé pour promouvoir une alimentation saine***

38. Veiller à ce que tous les services et établissements de soins de santé maintiennent leur engagement envers la promotion de la santé, et à ce que la nutrition et l'alimentation saine soient des priorités dans des systèmes d'aide sociale et de soins de santé axés sur la personne, avec de brèves interventions et des conseils au sujet de la nutrition dans le cadre des soins de santé primaires.

39. Assurer une couverture maladie universelle pour les problèmes qui sont liés à l'alimentation et peuvent être prévenus et soignés, avec un continuum de services de nutrition de haute qualité et des professionnels de santé disposant des qualifications et des ressources appropriées, allant de la promotion de la santé et de la prévention aux services et soins hospitaliers.

40. Introduire une évaluation nutritionnelle et des procédures d'intervention dans les contextes les plus appropriés pour les différents groupes d'âge, en particulier les enfants et les personnes âgées, notamment les services de soins de santé primaires et les services de soins à domicile.

### ***Renforcer la surveillance, le suivi, l'évaluation et la recherche***

41. Consolider, adapter et développer les systèmes nationaux et internationaux existants pour le suivi et la surveillance, tels que l'initiative COSI et l'enquête HBSC.

42. Maintenir des systèmes de surveillance nutritionnelle et anthropométrique des facteurs de risque nutritionnels, permettant une ventilation par statut socioéconomique et par sexe. Élaborer en priorité des bases de données sur la composition des aliments et développer celles existantes.

43. Utiliser efficacement et à bon escient les données disponibles, notamment par l'application et le transfert du savoir et des connaissances, afin d'élaborer des politiques. Observer et évaluer les activités, interventions et politiques en rapport avec l'alimentation dans différents contextes, afin de déterminer leur efficacité et de diffuser les bonnes pratiques.

### ***Renforcer la gouvernance, les alliances et les réseaux pour assurer l'adoption d'une stratégie d'intégration de la santé dans toutes les politiques***

44. Renforcer les interventions coordonnées à différents niveaux administratifs et dans tous les ministères afin d'assurer la cohérence entre toutes les politiques qui ont une influence sur les systèmes d'alimentation et l'approvisionnement alimentaire, en vue de promouvoir, de protéger ou de rétablir une alimentation saine et durable (riche en légumes, en fruits et en céréales complètes, avec une consommation limitée de graisses saturées, d'acides gras *trans*, de sucre et de sel). Certains régimes alimentaires, dans certaines zones d'Europe, sont compatibles avec les

caractéristiques d'un régime alimentaire sain, notamment le régime méditerranéen<sup>5</sup> et le nouveau régime alimentaire nordique.

45. Soutenir les mécanismes qui renforcent les interventions multipartites et habilite les communautés aux niveaux local et régional, comme les Villes-santé, le Réseau européen des Écoles-santé et d'autres initiatives, en prenant soin d'éviter les conflits d'intérêts. Il faut saisir les occasions qui se présentent de miser sur la force et la puissance de l'action locale, en adoptant notamment des approches de planification et des stratégies axées sur les filières courtes d'approvisionnement, comme les programmes de distribution « de la ferme à l'école ».

46. Participer à des réseaux de pays comme le *European Salt Action Network* (Réseau européen de réduction de la consommation de sel) et le *European Network on reducing marketing pressure on children* (Réseau européen visant à réduire la pression du marketing sur les enfants), et soutenir ces derniers.

### **Autres recommandations sur les actions et les outils en vue d'atteindre les objectifs du « Plan d'action européen pour une politique alimentaire et nutritionnelle 2015-2020 »**

#### **Objectif 1 – Instaurer des environnements propices à la consommation d'aliments et de boissons sains**

47. Mettre en place des mesures strictes limitant l'impact global, sur les enfants, de toute forme de marketing d'aliments riches en énergie, en graisses saturées, en acides gras *trans*, en sucre ou en sel. Elles auront pour effet de réduire l'efficacité des techniques de communication utilisées ainsi que l'exposition globale des enfants au marketing de ces aliments. Ces pratiques commerciales influent sur les préférences et habitudes alimentaires des enfants, et sont associées à un régime alimentaire peu équilibré et à un risque accru de surpoids et d'obésité. De nouvelles données indiquent que les effets du marketing persistent à l'âge adulte. La plus grande vulnérabilité des enfants face au pouvoir persuasif des messages commerciaux, en particulier la publicité à la télévision, sur Internet et dans les médias sociaux, leur fait courir davantage de risques. Les principales catégories de produits alimentaires faisant l'objet de publicité sont hautement énergétiques et ont une teneur élevée en graisses saturées, en acide gras *trans*, en sucre ou en sel, comme les céréales pour le petit déjeuner, les boissons sucrées et les confiseries. Si la télévision reste actuellement le support dominant du marketing promotionnel des aliments et des boissons, ce n'est que l'un des nombreux médias (Internet et les réseaux sociaux en constituant d'autres exemples) grâce auxquels les annonceurs sont désormais en mesure de promouvoir des produits, d'asseoir la notoriété de leur marque et de fidéliser les consommateurs dans le cadre d'une approche plus intégrée. Le cadre élaboré par l'OMS en vue d'appliquer l'ensemble des recommandations sur la commercialisation des aliments et des boissons non alcoolisées destinés aux enfants fournit des orientations aux États membres quant à la conception et à l'application des politiques. Le Bureau régional continuera de soutenir les États membres dans ce domaine. L'expérience a démontré que les démarches volontaires impliquant une autorégulation présentent des failles. Les pouvoirs publics doivent faire preuve de leadership pour définir les critères en matière de politique et de suivi indépendant en vue de garantir une mise en œuvre optimale et d'accomplir des progrès dans le renforcement et le développement des contrôles au fil du temps. Il importe également de mettre en place des procédures indépendantes de réclamation et des

---

<sup>5</sup> Selon l'UNESCO, le régime méditerranéen est basé sur une forte consommation de légumes et de fruits frais et de noix, de légumineuses, de céréales et d'huile d'olive, avec une consommation modérée de produits laitiers, une consommation modérée à importante de poisson et une faible consommation de viande.



mécanismes de sanction en vue de protéger les droits des enfants et des consommateurs à cet égard.

48. Les écoles et les autres lieux de rassemblement d'enfants doivent être exempts de tout marketing promouvant les aliments riches en énergie, en graisses saturées, en acides gras *trans*, en sucre ou en sel<sup>6</sup>.

49. Les États membres, avec l'appui de l'OMS, peuvent envisager d'élaborer des cadres de suivi en vue d'évaluer l'ampleur de ces pratiques de marketing sur leur territoire. Ces derniers doivent également cerner l'impact des politiques ou des réglementations en termes de réduction de l'impact global sur les enfants (efficacité et exposition) du marketing des aliments riches en énergie, en graisses saturées, en acides gras *trans*, en sucre ou en sel et ce, sous toutes ses formes. Ils peuvent également expliciter l'impact potentiel du marketing transfrontalier.

50. Élaborer et adopter des stratégies en matière de définition des profils nutritionnels en vue de limiter le marketing des aliments riches en énergie, en graisses saturées, en acides gras *trans*, en sucre ou en sel et ciblant les enfants. La définition des profils nutritionnels est devenue un outil précieux pour l'élaboration et la mise en œuvre de politiques visant à promouvoir un approvisionnement en aliments plus sains. La mise au point d'un outil de définition des profils nutritionnels pour la Région, ce dernier pouvant être adopté ou adapté en fonction du contexte national sur une base volontaire, permettrait clairement de préciser quels produits alimentaires peuvent et ne peuvent pas être commercialisés pour les enfants. En outre, les enseignements tirés de son utilisation dans le cadre du marketing ciblant les enfants peuvent faciliter l'adaptation ou l'élaboration d'outils similaires dans d'autres domaines stratégiques, comme la fourniture des repas scolaires.

51. Examiner la panoplie d'outils économiques, notamment les incitants de la chaîne d'approvisionnement et de distribution, les subventions ciblées et la fiscalité, susceptibles de provoquer une hausse ou une baisse des prix, notamment sur les points de vente, et de rendre le régime alimentaire sain plus abordable tout en décourageant la consommation d'aliments riches en énergie, en graisses saturées, en acides gras *trans*, en sucre ou en sel. Une attention particulière doit être accordée à l'impact global sur les groupes vulnérables.

52. Parmi les interventions potentielles, il convient de mentionner la mise en place ou l'adaptation d'incitants sur toute la chaîne d'approvisionnement alimentaire, notamment par les investissements dans la production, la logistique de la chaîne d'approvisionnement et les politiques d'achats, afin de réaligner les politiques relatives aux systèmes alimentaires au sens plus large sur les objectifs de santé publique, et d'améliorer la disponibilité et l'abordabilité des régimes alimentaires sains.

53. En même temps, les États membres peuvent décider de mettre en place des subventions ciblées en vue d'influencer l'accessibilité financière des légumes, des fruits et des céréales complètes, en particulier pour les groupes vulnérables, et, par conséquent, de les rendre plus accessibles. On pourrait notamment subventionner les fruits et les légumes dans les programmes d'aide alimentaire et nutritionnelle. Les activités de recherche sur l'accessibilité financière des « paniers de produits alimentaires sains » dans la Région européenne peuvent donner des orientations complémentaires à ce sujet.

54. Les États membres devraient élaborer des cadres de suivi pour sonder les tendances en matière de prix des produits alimentaires et évaluer l'impact de ces mesures économiques sur les

---

<sup>6</sup> Il s'agit notamment des crèches, des écoles, des cours et des terrains scolaires et des établissements préscolaires, des terrains de jeux, des cliniques familiales et pédiatriques, des services de pédiatrie et de toutes les activités sportives et culturelles qui se déroulent en ces lieux.

prix, la disponibilité, l'achat et la consommation des aliments ciblés et produits de substitution potentiels, notamment l'impact global sur la qualité des régimes alimentaires. Ces données doivent être ventilées par sexe et statut socioéconomique lorsque cela est possible.

55. Promouvoir, sous l'égide des pouvoirs publics, la révision de la composition des produits et les améliorations de la qualité nutritionnelle de l'approvisionnement alimentaire. Dans de nombreux pays, les objectifs en matière de consommation de graisses saturées, d'acide gras *trans* de sucre ou de sel ne sont guère atteints dans une grande majorité de la population, en particulier chez les groupes défavorisés sur le plan socioéconomique. Ces mesures doivent viser les acteurs de la chaîne d'approvisionnement, notamment les producteurs d'aliments transformés ou non et les détaillants (dont les sociétés de restauration) afin de réduire fortement les niveaux des nutriments cibles dans l'ensemble des produits ainsi que dans tous les segments du marché, ce qui contribuera à réduire la consommation au niveau de la population.

- Élaborer, développer et évaluer, à titre prioritaire, les stratégies de réduction de la consommation de sel afin de poursuivre les avancées à cet égard dans toutes les catégories de produits alimentaires et dans tous les segments de marché. Des programmes coordonnés visant la réduction de la consommation de sel ont eu un impact considérable dans plusieurs États membres de la Région européenne de l'OMS. Le succès de ces programmes est subordonné à un suivi, à une participation des acteurs concernés et à la fixation de valeurs de référence et de cibles, avec des initiatives bien conçues pour la sensibilisation de la population. L'objectif principal est de suivre une approche progressive en vue de réduire la teneur en sodium afin que les préférences gustatives des consommateurs s'adaptent au fil du temps. Les substituts du sodium, le cas échéant, doivent s'avérer propres à la consommation. Comme les programmes visant la réduction de la consommation de sel sont compatibles avec ceux qui portent sur l'enrichissement du sel en iode, il conviendrait de maintenir ces derniers, car il s'agit de la mesure de santé publique la plus efficace s'agissant de remédier aux problèmes généralisés liés à l'iode, qui sont encore courants dans la Région européenne de l'OMS. L'OMS prépare actuellement une « boîte à outils » pour la réduction de la consommation de sel, afin d'aider les États membres qui effectuent ou prévoient la mise en œuvre de stratégies dans ce domaine dans le but d'atteindre l'objectif mondial.
- Envisager l'élargissement des stratégies et cibles nationales de révision de la composition des aliments à d'autres nutriments, tels que les graisses saturées et le sucre, outre la réduction générale de la teneur en calories de tout un ensemble de produits alimentaires et la fabrication de portions de taille appropriée.
- Élaborer et mettre en œuvre des politiques nationales visant à interdire ou à pratiquement éliminer les acides gras *trans* dans l'alimentation afin que la Région européenne ne soit définitivement débarrassée. Bien que des progrès aient été accomplis, dans la mesure où l'utilisation de cet ingrédient a été réduite, il est toujours facile d'acheter des aliments – très demandés – contenant une grande quantité d'acide gras *trans*, en particulier dans certaines régions d'Europe et dans certains segments du marché. Une interdiction généralisée permettrait de ne plus s'inquiéter d'une éventuelle consommation importante au sein des groupes les plus vulnérables, mais doit être appliquée dans le cadre des améliorations apportées à la qualité nutritionnelle générale des aliments, notamment sans aucune augmentation de la teneur en graisses saturées. L'OMS aidera les États membres à recenser les stratégies appropriées aux contextes nationaux.

56. Étiqueter davantage les aliments de manière à rendre la tâche du consommateur plus aisée, en plaçant sur le devant de l'emballage des étiquettes faciles à comprendre ou explicatives lui permettant d'opérer des choix sains. Ce mode d'étiquetage peut faciliter la compréhension par le consommateur du contenu nutritionnel de nombreux aliments, notamment les produits transformés complexes, et peut aussi avoir un effet sur la conduite alimentaire adoptée en encourageant les producteurs et les détaillants à réviser la composition de leurs produits. L'apposition d'étiquettes faciles à comprendre ou explicatives sur le devant de l'emballage peut limiter la consommation

d'aliments riches en énergie, en graisses saturées, en acides gras *trans*, en sucre ou en sel dans le contexte de l'ensemble des améliorations apportées à la qualité nutritionnelle des aliments. L'OMS émettra des recommandations sur les approches possibles, notamment les meilleures pratiques de la Région en matière de définition des critères nutritionnels.

57. Les États membres peuvent également formuler des mesures visant les détaillants de produits alimentaires et les sociétés de restauration et ayant trait de manière explicite à la disponibilité, à l'abordabilité et à la promotion des fruits et légumes dans chacun de ces cadres, tout en définissant des règles relatives à la promotion sur le lieu de vente des aliments riches en énergie, en graisses saturées, en acides gras *trans*, en sucre ou en sel. Les décisions prises par les détaillants quant à l'emplacement, au choix des produits, aux prix et aux autres promotions sur le lieu de vente ont des conséquences importantes en matière de conduite alimentaire, en influençant l'accessibilité des aliments, notamment dans les zones et quartiers à faible revenu.

58. Généraliser les campagnes de promotion d'une alimentation saine, en particulier dans les écoles et les institutions publiques. Les États membres sont encouragés à élaborer ou à développer les politiques nutritionnelles à l'école qui définissent des critères nutritionnels et alimentaires pour les produits disponibles ou fournis, notamment les restrictions limitant la disponibilité des aliments riches en énergie, en graisses saturées, en acide gras *trans*, en sucre ou en sel. On peut également envisager de définir de tels critères pour les aliments disponibles dans d'autres institutions publiques.

59. Les politiques nutritionnelles à l'école doivent aussi améliorer l'accessibilité des fruits et des légumes, comme dans le cadre de programmes de subvention. Dans ce plan d'action, l'OMS et les États membres considèrent le programme de l'Union européenne (UE) en faveur de la consommation de fruits à l'école ainsi que d'autres programmes nationaux similaires comme des exemples de grand partenariat entre les secteurs de l'éducation, de la santé et de l'agriculture en vue de faciliter l'accès aux fruits et légumes, et ce à un prix abordable. Nous recommandons son élargissement à un plus grand nombre d'écoles, et encourageons l'augmentation de la quantité ou de la fréquence des légumes et des fruits. Le Bureau régional continuera de soutenir les États membres, notamment dans le cadre du Réseau européen des Écoles-santé.

### **Objectif 2 – Faire valoir les bienfaits procurés par une conduite alimentaire saine tout au long de l'existence, notamment chez les groupes les plus vulnérables**

60. Accroître les mesures visant à protéger et à promouvoir l'allaitement maternel, notamment par l'adoption de politiques et de normes, les avantages de cette pratique étant par ailleurs mis en évidence dans le cadre d'activités d'information et d'éducation. La promotion d'une alimentation et d'une nutrition saines avant la conception, pendant la grossesse et pour les nourrissons et jeunes enfants revêt une importance capitale afin d'assurer la croissance et le développement, et aussi de prévenir les maladies non transmissibles. Dans ce contexte, les États membres s'engagent à procéder à un suivi global du *Code international de commercialisation des substituts du lait maternel* et de l'initiative Hôpitaux amis des bébés (ou des normes d'une rigueur égale ou supérieure), et à renforcer la capacité des prestataires et services de santé à contribuer à une alimentation optimale des enfants moyennant une formation appropriée, l'adoption de bonnes pratiques en matière de soins maternels et la dispensation de services à la petite enfance visant à promouvoir l'allaitement maternel. Les États membres et l'OMS prépareront également des recommandations pour la nutrition pendant la grossesse, notamment en ce qui concerne l'état nutritionnel et la prise de poids.

61. Les États membres réaffirment la nécessité de promouvoir l'apport de compléments alimentaires appropriés, notamment par l'adoption de directives nationales, outre la surveillance

des pratiques de marketing pour ce type d'aliments et la fixation de normes à cet égard. Une attention particulière doit être accordée à l'importance de l'apport de compléments alimentaires appropriés afin d'établir des préférences gustatives saines.

62. Mettre en œuvre des interventions et des initiatives communautaires globales visant à améliorer la nutrition et à prévenir le surpoids et l'obésité chez les enfants d'âge préscolaire et scolaire, outre l'introduction des compétences nutritionnelles et culinaires dans les programmes scolaires. Il est scientifiquement prouvé que la performance des interventions menées dans la communauté et à l'école afin de changer les comportements alimentaires et de prévenir le surpoids et l'obésité dépend en fait de leur conception. Les actions diversifiées et à multiples composantes sont à cet égard les plus efficaces, en particulier lorsqu'elles s'accompagnent de mesures visant à modifier le contexte alimentaire à l'école. Une attention doit être accordée aux interventions et initiatives qui mettent l'accent sur les compétences alimentaires et nutritionnelles (par exemple, la cuisine et les jardins scolaires) étant donné que celles-ci permettent non seulement d'améliorer les connaissances, les compétences et les attitudes, mais peuvent amplifier l'impact des autres politiques, comme l'étiquetage nutritionnel, et contribuer à la réduction des inégalités. Les États membres doivent étudier les moyens d'assurer la durabilité et les perspectives de généralisation des interventions et des initiatives à plus long terme. Il convient également de se pencher sur les possibilités d'étendre le champ d'action des activités de communication relatives à la modification des comportements en recourant aux médias sociaux.

63. Garantir le vieillissement en bonne santé et maximiser le nombre d'années de vie en bonne santé par la prévention de toutes les formes de malnutrition et de fragilité chez les personnes âgées, en tenant compte de l'importance d'une bonne nutrition à toutes les étapes de la vie, notamment chez la population adulte active. Afin d'atteindre l'objectif ultime du vieillissement actif en bonne santé et de la prévention des maladies, ce plan d'action reconnaît la nécessité d'adopter une approche intersectorielle et de s'inspirer des cadres politiques de l'OMS existants dans ce domaine. Les priorités spécifiques du plan d'action peuvent notamment porter sur un engagement à développer la surveillance de l'état nutritionnel des populations âgées et à prendre en compte les besoins alimentaires et nutritionnels des seniors vivant en institution et de ceux vivant dans la communauté.

64. Promouvoir l'égalité entre les sexes en tenant compte des facteurs sociaux, culturels et biologiques qui influencent les résultats en matière de santé nutritionnelle et, ce faisant, améliorer l'efficacité, la couverture et l'équité des programmes. On tentera de supprimer l'obstacle du déséquilibre hommes/femmes grâce à des politiques nutritionnelles prévoyant une sensibilisation et grâce à la collecte et l'analyse de données ventilées par sexe pour ces politiques. Les États membres sont encouragés à envisager les moyens d'assurer que les politiques et les interventions soient dans l'intérêt général de tous les groupes de population, y compris les mesures ciblées le cas échéant.

### **Objectif 3 – Renforcer les systèmes de santé pour promouvoir une alimentation saine**

65. Améliorer les capacités et la formation des professionnels des soins de santé primaires, en leur fournissant notamment des orientations sur la dispensation adéquate de conseils nutritionnels et la surveillance et la gestion appropriées du poids. Afin de respecter les principes et priorités de Santé 2020, les États membres vont prioriser leurs politiques nutritionnelles et les coordonner avec les politiques menées en matière de soins de santé primaires ou de soins de santé centrés sur la personne. Des informations sur les habitudes alimentaires équilibrées et leur influence sur l'état de santé et nutritionnel général, ainsi que de brèves interventions et la dispensation de conseils dans ce domaine, seront prévues dans les protocoles thérapeutiques, un accent particulier étant accordé aux soins de santé primaires et aux services de soins à domicile.

66. Améliorer les capacités et la formation des professionnels dans le domaine de la nutrition afin de constituer un personnel de santé publique qualifié, outre la prestation de services de nutrition de qualité dans le cadre des soins de santé. Encadrés par l'OMS, les États membres fourniront aux professionnels de la santé publique et des soins de santé des informations sur la nutrition fondées sur des bases factuelles, dans le cadre des systèmes éducatifs, et par le biais d'exemples de meilleures pratiques, de recommandations et de principes directeurs.

### **Objectif 4 – Renforcer la surveillance, le suivi, l'évaluation et la recherche**

67. Développer les outils de surveillance existants et les combiner avec des données valables, représentatives et (de préférence) mesurées servant à dessiner des tendances. Recenser, grâce à des activités de surveillance, les inégalités actuelles en matière de facteurs de risque et de résultats sanitaires, en vue de mieux cibler les interventions<sup>7</sup>. Il importe de continuer à conférer de l'importance aux données qui peuvent être ventilées par sexe et statut socioéconomique. L'OMS jouera un rôle de premier plan en aidant les États membres à veiller à ce que les données de surveillance soient assorties d'analyses et d'interprétations correctes et de recommandations précises, fondées sur des éléments probants, pour l'élaboration de politiques. Ce faisant, les États membres et l'OMS doivent envisager les moyens de collaborer avec les experts nationaux, les établissements universitaires et la société civile.

68. Consolider et développer l'initiative COSI, qui est déjà la plus grande base de données du genre à présenter des informations comparables, et à laquelle participent 25 pays de la Région avec le soutien de l'UE. En même temps, et avec l'appui de l'OMS, les États membres doivent envisager d'élargir l'enquête HBSC pour couvrir davantage de groupes d'âge.

69. Mettre au point et appliquer un système innovateur de surveillance de la nutrition afin d'améliorer la qualité du suivi de la croissance de l'enfant au niveau local, et d'examiner la disponibilité et l'accessibilité financière des « paniers de produits alimentaires sains » et d'autres effets de l'environnement sur le comportement alimentaire. Les États membres, avec l'aide de l'OMS, doivent également continuer de renforcer et d'élargir les enquêtes sur l'alimentation et la nutrition représentatives au niveau national et, en guise de priorité, mettre en place des bases de données nationales sur la composition des aliments.

70. Faire preuve d'un engagement continu envers le suivi et l'évaluation des interventions, programmes et politiques dans le domaine de la nutrition afin d'en évaluer l'impact et l'efficacité, notamment chez différents groupes d'âge et socioéconomiques.

71. Là où c'est possible, il importe de promouvoir les bases de données communes en vue de fournir des informations comparables, telles que la base de données européenne de l'OMS sur la nutrition, l'obésité et l'activité physique, créée en collaboration avec les États membres et l'UE. Celle-ci contient des données de surveillance ainsi que des informations sur plus de 300 politiques nationales et sous-nationales dans la Région européenne.

---

<sup>7</sup> Par exemple, de nouvelles données indiquent que le surpoids et l'obésité sont plus fréquents dans certaines régions insulaires que sur le continent, et pourtant peu d'études ont été menées pour en déterminer la cause.

### **Objectif 5 – Renforcer la gouvernance, les alliances et les réseaux pour assurer l'adoption d'une stratégie d'intégration de la santé dans toutes les politiques**

72. Les pouvoirs publics mettront en œuvre de manière cohérente les recommandations énoncées dans Santé 2020 en vue d'améliorer la gouvernance pour la santé, y compris la nutrition. En même temps, des incitants devraient être mis en place de part et d'autre du système alimentaire pour assurer la disponibilité et l'abordabilité d'un régime alimentaire sain.

73. Soutenir la mise au point de mécanismes officiels permettant de promouvoir la coopération à tous les niveaux du gouvernement, en particulier pour l'action locale et, le cas échéant, susciter la participation des acteurs concernés, tels que la société civile. Certaines des initiatives les plus prometteuses pour la prévention du surpoids et de l'obésité sont fondées sur de grands programmes harmonisés mis en œuvre au niveau local. Par exemple, les États membres pourraient encourager et soutenir les actions locales telles que la planification, l'établissement de conseils alimentaires et la formation de coalitions communautaires. Ils pourraient collaborer avec les responsables politiques régionaux et locaux du secteur agro-alimentaire en vue d'optimiser les bienfaits d'une alimentation saine, de créer des débouchés commerciaux pour les petits exploitants et les agriculteurs locaux, et de mettre au point des systèmes alimentaires en milieu urbain qui répondent aux besoins de la population locale. Parmi les actions spécifiques potentielles, il convient de mentionner la mise en place de programmes « de la femme à l'école », de cuisines et de jardins communautaires. Les États membres peuvent également soutenir des réseaux tels que celui des Villes-santé et des Écoles-santé de l'OMS.

74. Ces mesures doivent être durables et équitables, et requièrent par conséquent un leadership ainsi que la formation et l'amélioration des compétences des responsables politiques locaux. Elles exigent également une surveillance et un suivi adéquats, ainsi qu'un investissement soutenu.

75. La participation des communautés ainsi qu'une communication et une collaboration au niveau intersectoriel doivent être promues en vue de sensibiliser et d'instaurer un contexte favorable à la prise de mesures politiques au sens plus large. Une attention particulière doit être accordée aux mécanismes renforçant les liens entre le secteur agro-alimentaire, ceux de l'éducation et de la santé, et les autorités locales.

76. Participer aux réseaux d'action des États membres de l'OMS. L'OMS aide divers réseaux d'action, tels que le Réseau européen de réduction de la consommation de sel et le Réseau européen visant à réduire la pression du marketing sur les enfants. Ceux-ci sont composés de groupes de pays déterminés à mettre en œuvre des activités bien précises. Ces réseaux sont dirigés par des pays qui se sont portés volontaires, et le Bureau régional suit et soutient de près leur travail. Les réseaux d'action sont importants pour que les États membres puissent partager leurs données d'expérience et échanger des politiques.

### **Bibliographie**

A framework for implementing the set of recommendations on the marketing of foods and non-alcoholic beverages to children. Geneva: World Health Organization; 2012.

Agostoni C, Braegger C, Decsi T, Kolacek S, Koletzko B, Michaelsen KF, et al. Breast-feeding: a commentary by the ESPGHAN Committee on Nutrition. *J Pediatr Gastroenterol Nutr.* 2009;49(1):112–125.

Alwan A, MacLean DR, Riley LM, d'Espaignet ET, Mathers CD, Stevens GA, et al. Monitoring and surveillance of chronic non-communicable diseases: progress and capacity in high-burden countries. *Lancet*. 2010;376(9755):1861–1868.

Andreyeva T, Long MW, Brownell KD. The impact of food prices on consumption: a systematic review of research on the price elasticity of demand for food. *Am J Public Health*. 2010;100(2):216–222.

Andreyeva T, Luedicke J, Henderson KE, Tripp AS. Grocery store beverage choices by participants in federal food assistance and nutrition programs. *Am J Prev Med*. 2012;43(4):411–418.

Andreyeva T, Luedicke J. Federal food package revisions: effects on purchases of whole-grain products. *Am J Prev Med*. 2013;45(4):422–429.

Arvanitakis M, Beck A, Coppens P, De Man F, Elia M, Hébuterne X, et al. Nutrition in care homes and home care: how to implement adequate strategies (report of the Brussels Forum (22–23 November 2007)). *Clin Nutr*. 2008;27(4):481–488.

Bartali B, Frongillo EA, Bandinelli S, Lauretani F, Semba RD, Fried LP, et al. Low nutrient intake is an essential component of frailty in older persons. *J Gerontol A Biol Sci Med Sci*. 2006;61(6):589–593.

Boyland EJ, Halford JC. Television advertising and branding: effects on eating behaviour and food preferences in children. *Appetite*. 2013;62:236–241.

Boyland EJ, Harrold JA, Dovey TM, Allison M, Dobson S, Jacobs MC, et al. Food choice and overconsumption: effect of a premium sports celebrity endorser. *J Pediatr*. 2013;163(2):339–343.

Boyland EJ, Harrold JA, Kirkham TC, Corker C, Cuddy J, Evans D, et al. Food commercials increase preference for energy-dense foods, particularly in children who watch more television. *Pediatrics*. 2011;128(1):e93–e100.

Boyland EJ, Harrold JA, Kirkham TC, Halford JC. The extent of food advertising to children on UK television in 2008. *Int J Pediatr Obes*. 2011;6(5–6):455–461.

Branca F, Nikogosian H, Lobstein T, editors. The challenge of obesity in the WHO European Region and the strategies for response: summary. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2007.

Cairns G, Angus K, Hastings G, Caraher M. Systematic reviews of the evidence on the nature, extent and effects of food marketing to children: a retrospective summary. *Appetite*. 2013;62:209–215.

Cattaneo A, Monasta L, Stamatakis E, Lioret S, Castetbon K, Frenken F, et al. Overweight and obesity in infants and preschool children in the European Union: a review of existing data. *Obes Rev*. 2010;11(5):389–398.

Cecchini M, Sassi F, Lauer JA, Lee YY, Guajardo-Barron V, Chisholm D. Tackling of unhealthy diets, physical inactivity, and obesity: health effects and cost-effectiveness. *Lancet*. 2010;376(9754):1775–1784.

## II. Plan d'action européen pour une politique alimentaire et nutritionnelle 2015-2020 OMS

EUR/RC64/14  
page 18

Charte européenne sur la lutte contre l'obésité. Copenhague : Bureau régional de l'OMS pour l'Europe ; 2006 (document EUR/06/5062700/8). Adoptée lors de la Conférence ministérielle européenne de l'OMS sur la lutte contre l'obésité : l'alimentation et l'exercice physique pour la santé (Istanbul, Turquie, 15-17 novembre 2006).

Comparative analysis of nutrition policies in the WHO European Region. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2006 (document EUR/06/5062700/BD/2).

Connell P, Brucks M, Nielsen J. How childhood advertising exposure can create biased product evaluations that persist into adulthood. *J Consum Res.* 2014;41(1):119–134.

Consultation OMS/FAO d'experts sur le régime alimentaire, la nutrition et la prévention des maladies chroniques. Genève : Organisation mondiale de la santé ; 2002.

Core health indicators in the WHO European Region 2012. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2012.

Cowburn G, Stockley L. Consumer understanding and use of nutrition labelling: a systematic review. *Public Health Nutr.* 2005;8(1):21–28.

Cruz-Jentoft AJ, Franco A, Sommer P, Baeyens JP, Jankowska E, Maggi A, et al. Silver paper: the future of health promotion and preventive actions, basic research, and clinical aspects of age-related disease – a report of the European Summit on Age-Related Disease. *Aging Clin Exp Res.* 2009;21(6):376–385.

Currie C, Zanotti C, Morgan A, Currie D, de Looze M, Roberts C, et al, editors. Social determinants of health and well-being among young people. Health behaviour in school-aged children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2012 (Health Policy for Children and Adolescents, No. 6).

Day PL, Pearce J. Obesity-promoting food environments and the spatial clustering of food outlets around schools. *Am J Prev Med.* 2011;40(2):113–121.

de Schutter O. Rapport soumis par le Rapporteur spécial sur le droit à l'alimentation à la dix-neuvième session du Conseil des droits de l'homme. New York : Nations Unies ; 2011.

Déclaration de Moscou. Première Conférence ministérielle mondiale sur les modes de vie sains et la lutte contre les maladies non transmissibles. Genève : Organisation mondiale de la santé ; 2011.

Déclaration de Parme sur l'environnement et la santé. Copenhague : Bureau régional de l'OMS pour l'Europe ; 2010 (document EUR/55934/5.1).

Déclaration de Vienne sur la nutrition et les maladies non transmissibles dans le contexte de Santé 2020. Copenhague : Bureau régional de l'OMS pour l'Europe ; 2013.

Déclaration politique de la Réunion de haut niveau de l'Assemblée générale sur la prévention et la maîtrise des maladies non transmissibles. New York : Nations Unies, 2011 (document A/66/L.1).

Deuxième Plan d'action européen de l'OMS pour une politique alimentaire et nutritionnelle 2007-2012. Copenhague : Bureau régional de l'OMS pour l'Europe ; 2008.

Données du Danemark sur les acides gras *trans* dans l'alimentation. Copenhague : ministère danois de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Pêche ; 2014.



Effertz T, Wilcke AC. Do television food commercials target children in Germany? *Public Health Nutr.* 2012;15(8):1466–1473.

Elmadfa I, editor. *European nutrition and health report 2009*. Basel: Karger AG; 2009 (Forum of Nutrition (vol.2)).

Ensemble de recommandations sur la commercialisation des aliments et des boissons non alcoolisées destinés aux enfants. Genève : Organisation mondiale de la santé ; 2010.

Evaluation of the European school fruit scheme: final report. Brussels: European Commission, Directorate-General for Agriculture and Rural Development; 2012.

Eyles H, Mhurchu CN, Nghiem N, Blakely T. Food pricing strategies, population diets, and non-communicable disease: a systematic review of simulation studies. *PLOS Medicine.* 2012;9(12):e1001353.

Fats and fatty acids in human nutrition: report of an expert consultation. Rome: Food and Agriculture Organization of the United Nations; 2010 (FAO Food and Nutrition Paper 91).

Fewtrell M, Wilson DC, Booth I, Lucas A. Six months of exclusive breast feeding: how good is the evidence? *BMJ.* 2011;342:c5955.

Galbraith-Emami S, Lobstein T. The impact of initiatives to limit the advertising of food and beverage products to children: a systematic review. *Obes Rev.* 2013;14(12):960–974.

Galcheva SV, Iotova VM, Stratev VK. Television food advertising directed towards Bulgarian children. *Arch Dis Child.* 2008;93(10):857–861.

Giskes K, van Lenthe F, Avendano-Pabon M, Brug J. A systematic review of environmental factors and obesogenic dietary intakes among adults: are we getting closer to understanding obesogenic environments? *Obes Rev.* 2011;12(5):e95–e106.

Global health risks: mortality and burden of disease attributable to selected major risks. Geneva: World Health Organization; 2009.

Global status report on noncommunicable diseases 2010. Geneva: World Health Organization; 2011.

Glossaire du droit à l'alimentation. Rome : Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture ; 2009.

Guideline: sodium intake for adults and children. Geneva: World Health Organization; 2012.

Gurina NA, Frolova EV, Degryse JM. A roadmap of aging in Russia: the prevalence of frailty in community-dwelling older adults in the St Petersburg district – the “Crystal” study. *J Am Geriatr Soc.* 2011;59(6):980–988.

Hawkes C. Food taxes: what type of evidence is available to inform policy development? *Nutr Bull.* 2012;37(1):51–56.

Health Behaviour in School-aged Children: World Health Organization collaborative cross-national study [website]. St Andrews: Child & Adolescent Health Research Unit, University of St Andrews (<http://www.hbsc.org/>).

## II. Plan d'action européen pour une politique alimentaire et nutritionnelle 2015-2020 OMS

EUR/RC64/14  
page 20

Interim second report on social determinants of health and the health divide in the WHO European Region. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2011.

Inzitari M, Doets E, Bartali B, Benetou V, Di Bari M, Visser M, et al. Nutrition in the age-related disablement process. *J Nutr Health Aging* 2011;15(8):599–604.

Johansson L, Sidenvall B, Malmberg B, Christensson L. Who will become malnourished? A prospective study of factors associated with malnutrition in older persons living at home. *J Nutr Health Aging*. 2009;13(10):855–861.

Kaiser MJ, Bauer JM, Rämisch C, Uter W, Guigoz Y, Cederholm T, et al. Frequency of malnutrition in older adults: a multinational perspective using the mini nutritional assessment. *J Am Geriatr Soc*. 2010;58(9):1734–1738.

Kelly B, Halford JC, Boyland EJ, Chapman K, Bautista-Castaño I, Berg C, et al. Television food advertising to children: a global perspective. *Am J Public Health*. 2010;100(9):1730–1736.

Lee A, Mhurchu CN, Sacks G, Swinburn B, Snowdon W, Vandevijvere S, et al. Monitoring the price and affordability of foods and diets globally. *Obes Rev*. 2013;14(S1): 82–95.

Lobstein T. Research needs on food marketing to children: report of the StanMark project. *Appetite*. 2013;62:185–186.

Marmot M, Friel S, Bell R, Houweling TA, Taylor S. Closing the gap in a generation: health equity through action on the social determinants of health. *Lancet*. 2008;372(9650):1661–1669.

Ni Mhurchu C, Vandevijvere S, Waterlander W, Thornton LE, Kelly B, Cameron AJ et al. Monitoring the availability of healthy and unhealthy foods and non-alcoholic beverages in community and consumer retail food environments globally. *Obes Rev*. 2013;14(S1): 108–119.

Paul IM, Bartok CJ, Downs DS, Stifter CA, Ventura AK, Birch LL. Opportunities for the primary prevention of obesity during infancy. *Adv Pediatr*. 2009;56(1):107.

Plan d'action de l'Union européenne sur l'obésité infantile, 2014-2020 (en ligne). Union européenne (UE) ; 2014.

Plan d'action mondial pour la lutte contre les maladies non transmissibles 2013-2020. Genève : Organisation mondiale de la santé ; 2013.

Plan d'application exhaustif concernant la nutrition chez la mère, le nourrisson et le jeune enfant. Genève : Organisation mondiale de la santé ; 2014.

Pomerleau J, Knai C, Branca F, Robertson A, Rutter H, McKee M, et al. Review of the literature of obesity (and inequalities in obesity) in Europe and of its main determinants: nutrition and physical activity. In: *Tackling the social and economic determinants of nutrition and physical activity for the prevention of obesity across Europe*. London: EURO-PREVOB Consortium; 2008.

Prévention et lutte contre les maladies non transmissibles dans la Région européenne de l'OMS. Copenhague : Bureau régional de l'OMS pour l'Europe ; 2006 (résolution EUR/RC56/R2).

Rees K, Hartley L, Flowers N, Clarke A, Hooper L, Thorogood M, et al. 'Mediterranean' dietary pattern for the primary prevention of cardiovascular disease. *Cochrane Database Syst Rev*. 2013;8:CD009825.

Règlement (CE) n° 1234/2007 du Conseil du 22 octobre 2007 portant organisation commune des marchés dans le secteur agricole et dispositions spécifiques en ce qui concerne certains produits de ce secteur (règlement « OCM unique »). Journal officiel de l'Union européenne. 2007;L299:1–149.

Rodriguez-Fernandez R, Siopa M, Simpson SJ, Amiya RM, Breda J, Cappuccio FP. Current salt reduction policies across gradients of inequality-adjusted human development in the WHO European region: minding the gaps. *Public Health Nutr.* 2013;1–11.

Roman Viñas B, Ribas Barba L, Ngo J, Gurinovic M, Novakovic R, Cavelaars A, et al. Projected prevalence of inadequate nutrient intakes in Europe. *Ann Nutr Metab.* 2011;59(2–4):84–95.

Santé 2020 : un cadre politique européen à l'appui des actions pangouvernementales et pansociétales en faveur de la santé et du bien-être. Copenhague : Bureau régional de l'OMS pour l'Europe ; 2012 (document EUR/RC62/9).

Semba RD, Bartali B, Zhou J, Blaum C, Ko CW, Fried LP. Low serum micronutrient concentrations predict frailty among older women living in the community. *J Gerontol A Biol Sci Med Sci.* 2006;61(6):594–599.

Statistiques sanitaires mondiales 2011. Genève : Organisation mondiale de la santé ; 2011.

Stender S, Astrup A, Dyerberg J. A trans European Union difference in the decline in trans fatty acids in popular foods: a market basket investigation. *BMJ Open.* 2012;2(5):e000859.

STEPwise approach to surveillance (STEPS). In: WHO Chronic diseases and health promotion [website]. Geneva: World Health Organization (<http://www.who.int/chp/steps/en/>).

Stratégie et plan d'action pour vieillir en bonne santé en Europe, 2012-2020. Copenhague : Bureau régional de l'OMS pour l'Europe ; 2012 (document EUR/RC62/10 Rev.1).

Stratégie mondiale pour l'alimentation, l'exercice physique et la santé. Genève : Organisation mondiale de la santé ; 2004 (résolution WHA57.17).

Strobl R, Müller M, Emeny R, Peters A, Grill E. Distribution and determinants of functioning and disability in aged adults – results from the German KORA-Age study. *BMC Public Health.* 2013;13(1):137.

Suite donnée à la Conférence ministérielle européenne de l'OMS sur la lutte contre l'obésité et Deuxième Plan d'action européen pour une politique alimentaire et nutritionnelle. Copenhague : Bureau régional de l'OMS pour l'Europe ; 2007 (résolution EUR/RC57/R4).

Summerbell CD, Moore HJ, Vögele C, Kreichauf S, Wildgruber A, Manios Y, et al. Evidence-based recommendations for the development of obesity prevention programs targeted at preschool children. *Obes Rev.* 2012;13(s1):129–132.

Te Morenga L, Mallard S, Mann J. Dietary sugars and body weight: systematic review and meta-analyses of randomised controlled trials and cohort studies. *BMJ.* 2013;346:e7492.

Thow AM, Jan S, Leeder S, Swinburn B. The effect of fiscal policy on diet, obesity and chronic disease: a systematic review. *Bull World Health Organ.* 2010;88(8):609–614.

Trichopoulou A, Bamia C, Trichopoulos D. Anatomy of health effects of Mediterranean diet: Greek EPIC prospective cohort study. *BMJ.* 2009;338:b2337.

## II. Plan d'action européen pour une politique alimentaire et nutritionnelle 2015-2020 OMS

EUR/RC64/14  
page 22

Troesch B, Hoefl B, McBurney M, Eggersdorfer M, Weber P. Dietary surveys indicate vitamin intakes below recommendations are common in representative Western countries. *Br J Nutr.* 2012;108(4):692–698.

Wijnhoven TM, van Raaij JM, Spinelli A, Rito AI, Hovengen R, Kunesova M, et al. WHO European Childhood Obesity Surveillance Initiative 2008: weight, height and body mass index in 6–9-year-old children. *Pediatr Obes.* 2013;8(2):79–97.

= = =

### **III. Documents à l'échelle nationale**

- *Programme national nutrition santé 2011-2015*
- *Guide Recommandations sur l'alimentation et l'activité physique pour les enfants et les adolescents, INPES*
- *Compte-rendu d'un clip promotionnel du PNNS*
- *Demande officielle d'attribution du logo PNA « Notre modèle a de l'avenir »*

### III. Documents à l'échelle nationale

#### III.1. Programme national nutrition santé 2011-2015

Programme  
national  
nutrition  
santé  
2011  
2015



Programme national  
nutrition santé  
**2011-2015**



### III. Documents à l'échelle nationale

# Sommaire

## Introduction • 5

## Enjeux, principes, méthodologie et objectifs • 7

- Les objectifs nutritionnels de santé publique fixés par le Haut conseil de la santé publique • 7
- Pilotage du Programme national nutrition santé (PNNS) et du Plan obésité • 8
- Le PNNS 2011-2015 : une élaboration fondée sur une large concertation • 9
- Les principes généraux du PNNS • 10
- Leviers stratégiques • 11

## Axes stratégiques du Programme • 13

### Axe 1 → Réduire par des actions spécifiques les inégalités sociales de santé dans le champ de la nutrition au sein d'actions générales de prévention • 13

- Mesure 1** Mettre en place des interventions spécifiques pour réduire les inégalités sociales de santé (ISS) en matière nutritionnelle • 16
- Mesure 2** Décliner la stratégie de prévention nutritionnelle dans le champ de l'alimentation • 18
- Mesure 3** Mettre en œuvre les actions ayant un impact de santé publique mentionnées dans le Programme éducation santé 2011-2015 et complémentaires à ce programme • 21
- Mesure 4** Développer des actions d'information et d'éducation nutritionnelle • 22
- Mesure 5** Promouvoir l'allaitement maternel • 24

### Axe 2 → Développer l'activité physique et sportive (APS) et limiter la sédentarité • 25

- Mesure 1** Promouvoir, développer et augmenter le niveau d'activité physique quotidienne pour tous • 27
- Mesure 2** Promouvoir l'activité physique et sportive adaptée (APA) chez les populations en situation de handicap, défavorisées, âgées ou atteintes de maladies chroniques • 28

### III. Documents à l'échelle nationale

#### Axe 3 → Organiser le dépistage et la prise en charge du patient en nutrition : diminuer la prévalence de la dénutrition • 31

- Mesure 1** Organiser le dépistage des troubles nutritionnels et la prise en charge du patient • 32
- Mesure 2** Prévenir et dépister la dénutrition • 33
- Mesure 3** Prendre en charge la dénutrition • 34
- Mesure 4** Prévenir et prendre en charge les troubles nutritionnels des populations en situation de handicap • 35

#### Axe 4 → Valoriser le PNNS comme référence pour les actions en nutrition ainsi que l'implication des parties prenantes • 37

- Mesure 1** Promouvoir le PNNS comme la référence en matière de « nutrition et santé » • 38
- Mesure 2** Développer les chartes d'engagement des collectivités territoriales actives du PNNS • 39
- Mesure 3** Développer les chartes d'engagement des entreprises au profit des salariés • 40
- Mesure 4** Faire connaître et valoriser les actions et documents validés par le PNNS • 41

#### Volet transversal → Formation, surveillance, évaluation et recherche • 43

- Mesure 1** Contribuer à l'orientation de la formation en nutrition et santé publique • 44
- Mesure 2** Maintenir les outils nationaux de surveillance nutritionnelle et créer des outils nouveaux indispensables • 45
- Mesure 3** Clarifier les enjeux, les intérêts, les besoins, les méthodes de l'évaluation • 46
- Mesure 4** Contribuer aux orientations de la recherche en nutrition et santé publique • 47
- Mesure 5** Promouvoir l'expertise française au niveau européen et international • 48
- Mesure 6** Évaluer le PNNS et le Plan obésité • 49

### Annexes • 51

- Annexe 1** Chiffres clés - 2011 • 51
- Annexe 2** Évolution de la notoriété des outils et des messages nutritionnels du PNNS  
Évolution du niveau de citation des repères entre 2006 et 2009 • 63

## Introduction

L'amélioration de l'état nutritionnel de la population constitue, en ce début de 21<sup>e</sup> siècle, un enjeu majeur pour les politiques de santé publique menées en France, en Europe et dans le monde. Une nutrition satisfaisante est un facteur de protection de la santé. Les avancées de la recherche ont précisé le rôle que jouent l'inadéquation des apports nutritionnels et l'insuffisance d'activité physique dans le déterminisme de nombreux cancers et maladies cardio-vasculaires, qui représentent plus de 55 % des 550 000 décès annuels en France. Des facteurs nutritionnels sont aussi impliqués dans le risque ou la protection vis-à-vis du diabète, de l'obésité, de l'ostéoporose ou de diverses déficiences.

Le Programme national nutrition santé (PNNS) a été initié en 2001 et prolongé en 2006. Il a fourni un cadre de référence et produit de nombreux outils et mécanismes incitatifs, servant de support aux actions. Il a permis la mobilisation de nombreux acteurs (ministères, élus locaux, professionnels des domaines de la santé, de l'activité physique, de l'éducation ou du domaine social, acteurs économiques et bénévoles). Plusieurs objectifs initialement fixés ont été partiellement ou totalement atteints, comme la réduction de la prévalence du surpoids et de l'obésité chez l'enfant, la réduction de la consommation de sel ou de sucre, l'augmentation de la consommation de fruits chez les adultes. Pour autant, ces améliorations n'ont pas concerné de façon homogène toutes les composantes de la population et les inégalités sociales de santé se sont creusées dans le domaine de la nutrition<sup>1</sup>. Le rapport de l'Inspection générale des affaires sociales et du Conseil général de l'alimentation, de l'agriculture et des espaces ruraux<sup>2</sup>, a souligné que la reconduction du PNNS en l'état « *n'était pas souhaitable compte tenu des difficultés identifiées entre ses fonctions de cadre de référence et ses responsabilités de conduite opérationnelle, mais aussi dans son dispositif de gouvernance et dans l'articulation entre ce programme et les autres plans, programmes et politiques sectorielles* ».

Le Président de la République a souhaité la formalisation d'un plan obésité (PO) pour la France, avec pour objectif de répondre à la croissance du nombre de sujets gravement atteints. Le Parlement a institué en 2010<sup>3</sup> un programme gouvernemental quinquennal relatif à la nutrition et à la santé (Code de la santé publique article L3231-1) ainsi qu'un programme gouvernemental pour l'alimentation (Code rural, article L230-1).

Le PNNS traite de la nutrition comme déterminant de la santé. Le Plan obésité (PO) s'articule et complète le PNNS par l'organisation du dépistage, de la prise en charge des patients ainsi que par une dimension importante de recherche. Le PNNS et le PO sont présentés conjointement. Le Programme national pour l'alimentation (PNA) a été initié en septembre 2010<sup>4</sup>.

<sup>1</sup> Voir les chiffres clés en annexe.

<sup>2</sup> JOURDAIN MENNINGER Danièle, LECOQ Gilles, GUEJ Jérôme, BOUTET Pierre, DANEL Jean-Baptiste, MATHIEU Gérard. Inspection générale des affaires sociales, Conseil général de l'alimentation, de l'agriculture et des espaces ruraux, *Évaluation du programme national nutrition santé PNNS2 2006-2010*, mai 2010.

<sup>3</sup> Par la loi n° 2010-874 du 27 juillet 2010 de modernisation de l'agriculture et de la pêche.

<sup>4</sup> <http://www.alimentation.gouv.fr>

L'article L230-1 du Code rural stipule que « le programme national pour l'alimentation prévoit les actions à mettre en œuvre dans les domaines suivants :

- « - la sécurité alimentaire, l'accès pour tous, en particulier pour les populations les plus démunies, à une alimentation en quantité et qualité adaptées ;
- la sécurité sanitaire des produits agricoles et des aliments ;
- la santé animale et la santé des végétaux susceptibles d'être consommés par l'homme ou l'animal ;
- l'éducation et l'information notamment en matière de goût, d'équilibre et de diversité alimentaires, de besoins spécifiques à certaines populations, de règles d'hygiène, de connaissance des produits, de leur saisonnalité, de l'origine des matières premières agricoles ainsi que des modes de production et de l'impact des activités agricoles sur l'environnement ;
- la loyauté des allégations commerciales et les règles d'information du consommateur ;
- la qualité gustative et nutritionnelle des produits agricoles et de l'offre alimentaire ;
- les modes de production et de distribution des produits agricoles et alimentaires, respectueux de l'environnement et limitant le gaspillage ;
- le respect et la promotion des terroirs ;
- le développement des circuits courts et l'encouragement de la proximité géographique entre producteurs et transformateurs ;
- l'approvisionnement en produits agricoles locaux dans la restauration collective publique comme privée ;
- le patrimoine alimentaire et culinaire français, notamment par la création d'un registre national du patrimoine alimentaire.

Les actions mises en œuvre dans le domaine de l'éducation et de l'information en matière d'équilibre et de diversité alimentaires ainsi que dans le domaine de la qualité nutritionnelle de l'offre alimentaire suivent les orientations du programme national relatif à la nutrition et à la santé, défini à l'article L3231-1 du Code de la santé publique. »

Les mesures en faveur d'une bonne alimentation prévues dans le PNA, s'inscrivent dans la stratégie de prévention nutritionnelle du PNNS. Elles mobilisent en ce sens les différents opérateurs (producteurs, industriels, commerçants, restaurateurs, associations et collectivités) œuvrant dans le domaine de l'alimentation. Les médecins généralistes, de par leur contact direct avec chaque famille, ont un rôle tout particulier à jouer pour une prévention nutritionnelle adaptée aux conditions de vie de chacun, ainsi que dans le dépistage et la prise en charge des pathologies liées à la nutrition, notamment le surpoids et l'obésité.

Le PNNS associant également les ministères chargés de l'éducation nationale, des sports, de la consommation, de la cohésion sociale, de l'enseignement supérieur et de la recherche, présente par conséquent, une forte dimension interministérielle. Par ailleurs, une déclinaison spécifique des actions du PNNS et du PO sera mise en œuvre pour les départements ultramarins.

Le document ci-après comporte :

- Les objectifs fixés en 2010 par le Haut conseil de la santé publique (HCSP) pour le champ de la nutrition ;
- Les mesures prévues pour le PNNS, au regard des objectifs chiffrés du HCSP, et ses principales actions explicitées selon 4 axes et un volet transversal.

# Enjeux, principes, méthodologie et objectifs

**Objectif général du PNNS : améliorer l'état de santé de l'ensemble de la population, en agissant sur l'un de ses déterminants majeurs, la nutrition.**

## Les objectifs nutritionnels de santé publique fixés par le Haut conseil de la santé publique

Le HCSP a notamment pour mission de « contribuer à la définition des objectifs pluriannuels de santé publique, d'évaluer la réalisation des objectifs nationaux de santé publique et de contribuer au suivi annuel ». Il a défini, dans son rapport d'avril 2010 intitulé *Objectifs de santé publique : évaluation des objectifs de la loi du 9 août 2004. Propositions*<sup>5</sup>, des objectifs destinés à piloter et évaluer la politique nutritionnelle, en termes d'amélioration de la qualité de la santé de la population et de réduction des niveaux d'exposition à divers risques. La question des inégalités sociales de santé, qui concerne l'ensemble des thématiques de la politique de santé publique, a fait l'objet d'une attention particulière.

Ces objectifs nutritionnels structurent les orientations stratégiques et servent de base pour définir les actions prévues pour le Programme national nutrition santé (PNNS) et le Plan obésité (PO).

Dans le domaine de la nutrition, ces objectifs quantifiés, ont été regroupés selon quatre axes. D'autres objectifs relatifs à des niveaux d'exposition ayant des conséquences sur l'état nutritionnel (consommation d'alcool) ou à des problèmes de santé ayant un déterminant nutritionnel (HTA, dyslipidémie...) ont été également définis.

### 1. Réduire l'obésité et le surpoids dans la population

- Stabiliser la prévalence de l'obésité et réduire le surpoids chez les adultes
- Diminuer la prévalence de l'obésité et du surpoids chez les enfants et les adolescents

### 2. Augmenter l'activité physique et diminuer la sédentarité à tous les âges

- Augmenter l'activité physique chez les adultes
- Augmenter l'activité physique et lutter contre la sédentarité chez les enfants et les adolescents

### 3. Améliorer les pratiques alimentaires et les apports nutritionnels, notamment chez les populations à risque

- Augmenter la consommation de fruits et légumes
- Réduire la consommation de sel
- Augmenter les apports en calcium dans les groupes à risque
- Lutter contre la carence en fer chez les femmes en situation de pauvreté
- Améliorer le statut en folates des femmes en âge de procréer
- Promouvoir l'allaitement maternel

<sup>5</sup> <http://www.hcsp.fr/docspdf/avisrapports/hcsp201003170objectifsSP.pdf> (pages 114 à 131).

#### 4. Réduire la prévalence des pathologies nutritionnelles

- Dénutrition, Troubles du comportement alimentaire

Les objectifs nutritionnels de santé publique fixés par le Haut conseil de la santé publique, détaillés et quantifiés, sont repris dans les axes correspondants.

### Pilotage du PNNS et du PO

PNNS et PO mobilisent pour l'atteinte des objectifs fixés les compétences et ressources d'autres secteurs, plans et programmes mis en œuvre sous le pilotage de plusieurs ministères, notamment le ministère chargé de l'alimentation (Programme national pour l'alimentation), mais aussi le ministère de l'éducation nationale (Programme éducation santé 2011-2015), le ministère chargé de la consommation, le ministère des sports, le ministère de la cohésion sociale ou encore le ministère de l'enseignement supérieur et de la recherche.

La coordination du PNNS et du PO est assurée par une mission d'appui interministériel au ministère chargé de la santé, pour une gouvernance globale nécessaire à la cohérence et l'efficacité des actions menées pour atteindre les objectifs fixés.

Le lien est assuré avec les autres programmes de santé publique mis en œuvre par le ministère chargé de la santé comme le plan cancer, le plan pour l'amélioration des conditions de vie des personnes atteintes de maladies chroniques, le plan santé des jeunes ou le plan national santé environnement.

Le suivi de la mise en œuvre du PNNS et du PO est assuré par leurs présidents respectifs et associé au sein d'un comité, les ministères, agences, organismes contributeurs au PNNS ainsi que la société civile et des personnalités du monde scientifique. Un bilan régulier de la mise en œuvre et de l'orientation des actions prévues est élaboré ainsi que l'articulation des divers plans liés au PNNS. L'état d'avancement des actions relevant de la responsabilité de divers ministères, agences ou organismes est régulièrement présenté devant ce comité.

#### Au niveau national, le PNNS :

- assure la coordination, la cohérence et le suivi de la mise en œuvre des interventions ;
- fournit les supports scientifiques indispensables à la mise en place des actions ;
- propose des mécanismes incitatifs pour l'implication des multiples acteurs institutionnels, associatifs et privés dont les actions contribuent à l'atteinte des objectifs fixés ;
- informe et valorise l'action des acteurs.

#### Au niveau régional :

- les agences régionales de santé mettent en œuvre les actions de santé publique définies dans le cadre du PNNS, en lien avec l'ensemble des acteurs concernés. À ce titre, elles mettent notamment en œuvre les actions contribuant à la réduction des inégalités sociales de santé relevant du champ de la nutrition ;
- sous réserve des compétences de l'ARS, le préfet de région coordonne l'action des services territoriaux de l'État intervenant dans la mise en œuvre du PNNS. Il veille, notamment, à la cohérence des actions conduites au sein des comités régionaux pour l'alimentation (CRALIM) avec la déclinaison régionale du PNNS.

## Le PNNS 2011-2015 : une élaboration fondée sur une large concertation

Le processus d'élaboration du PNNS 2011-2015 s'est appuyé sur l'expérience acquise par les nombreux professionnels et organismes partenaires du PNNS. Depuis 10 ans, ils ont contribué au développement de la réflexion sur la politique nutritionnelle et mis en œuvre des programmes et des actions en la matière, contribuant ainsi aux améliorations constatées dans la population au cours des dernières années.

Le comité d'élaboration du PNNS 2011-2015, placé sous la présidence du Pr Dominique Turck, était constitué de représentants des ministères impliqués dans la politique nutritionnelle, des agences sanitaires, des présidents du PNNS, le Pr Serge Hercberg et du PO, le Pr Arnaud Basdevant. Il s'est réuni à quatre reprises entre les mois de juillet et novembre 2010 pour analyser l'ensemble des propositions émergeant d'une très large consultation organisée entre les mois de juin et novembre 2010. Ceci a permis l'émergence des orientations, axes et actions majeures retenus pour le PNNS 2011-2015.

La consultation a été faite auprès :

- du comité de pilotage du PNNS2, au cours des séances de juillet, septembre et octobre 2010. Il a fait remonter des propositions émanant des différentes structures et experts participant au comité ;
- de la Société française de santé publique (SFSP) qui, à la demande de la DGS, a invité, via son site Internet, les professionnels et les acteurs de terrain à faire des propositions s'appuyant sur leur expérience. Un document synthétique de cette consultation a été produit ;
- la SFSP a coordonné la réflexion de 31 sociétés savantes réunissant les experts des multiples disciplines intervenant dans le champ de la nutrition<sup>6</sup>. Ce travail formalisé lors d'un séminaire de deux jours en septembre 2010 a conduit à un document de propositions argumentées sur le plan scientifique (<http://www.sfsp.fr/publications/file/RapportfinalpropositionsPNNS5-11-010.pdf>) ;
- des agences sanitaires et de l'agence nationale de la recherche, du réseau français des villes santé de l'OMS et des Écomaires ;
- de la caisse nationale d'assurance vieillesse, la caisse nationale d'allocations familiales et la caisse nationale de solidarité pour l'autonomie étant sollicitées ;
- de pilotes des plans de santé publique ayant une composante nutrition ;
- de la conférence nationale de santé, devant laquelle une présentation du projet a été faite en novembre 2010.

<sup>6</sup> 1. Association des chercheurs en activités physiques et sportives (ACAPS), 2. Association des éducateurs médico-sportifs (ADEMS), 3. ANCREED, coordination des réseaux diabète, 4. Association des épidémiologistes de terrain (EPITER), 5. Association des médecins inspecteurs de santé publique (AMISP), 6. Association française d'études et de recherches sur l'obésité (AFERO), 7. Association française de pédiatrie ambulatoire (AFPA), 8. Association française des diététiciens nutritionnistes (AFDN), 9. Association française des épidémiologistes de langue française (ADELF), 10. Association francophone en activités physiques adaptées (AFAPA), 11. Association francophone pour la recherche sur les activités physiques et sportives (AFRAP), 12. Association nationale de prévention en alcoologie et addictologie (ANPAA), 13. Association pour la prévention et la prise en charge de l'obésité en pédiatrie (APOP), 14. Collège des enseignants de nutrition (CEN), 15. Collège national des cardiologues français (CNCF), 16. Collège universitaire des enseignants en santé publique (CUESP), 17. Coordination nationale des réseaux de prévention et prise en charge de l'obésité pédiatrique (CNRéPPOP), 18. Fédération française de cardiologie (FFC), 19. Fédération nationale des comités d'éducation pour la santé (FNES), 20. Ligue nationale de lutte contre le cancer, 21. Nouvelle société française d'athérosclérose (NSFA), 22. Société française de cardiologie (SFC), 23. Société française de gériatrie et de gérontologie (SFGG), 24. Société française de nutrition (SFN), 25. Société française de pédiatrie (SFP), 26. Société française de santé publique (SFSP), 27. Société française des professionnels en activités physiques adaptées (SFP-APA), 28. Société française de recherche et de médecine du sommeil (SFRMS), 29. Société française sport et santé (SF2S), 30. Société francophone du diabète (SFD), 31. Société francophone nutrition clinique et métabolisme (SFNEP).



Lors d'un colloque réunissant 400 professionnels tenu le 15 novembre 2010 à Paris, les orientations majeures issues de ce processus de concertation ont été présentées selon six axes (communication, information, éducation (stratégies et outils) ; amélioration de l'offre alimentaire et de l'environnement physique ; territorialisation, mutualisation, collectivités territoriales ; dépistage, prise en charge, établissements de santé et médico-sociaux (obésité et dénutrition) ; surveillance, évaluation, recherche ; formation des professionnels). D'autres propositions ont également été recueillies au cours de ce colloque ainsi que dans les jours qui ont suivi.

Les propositions émanant de ce processus ont alors fait l'objet d'arbitrages des pouvoirs publics, conduisant aux axes, mesures et actions retenues pour le PNNS 2011-2015 et présentés ci-après.

## Les principes généraux du PNNS

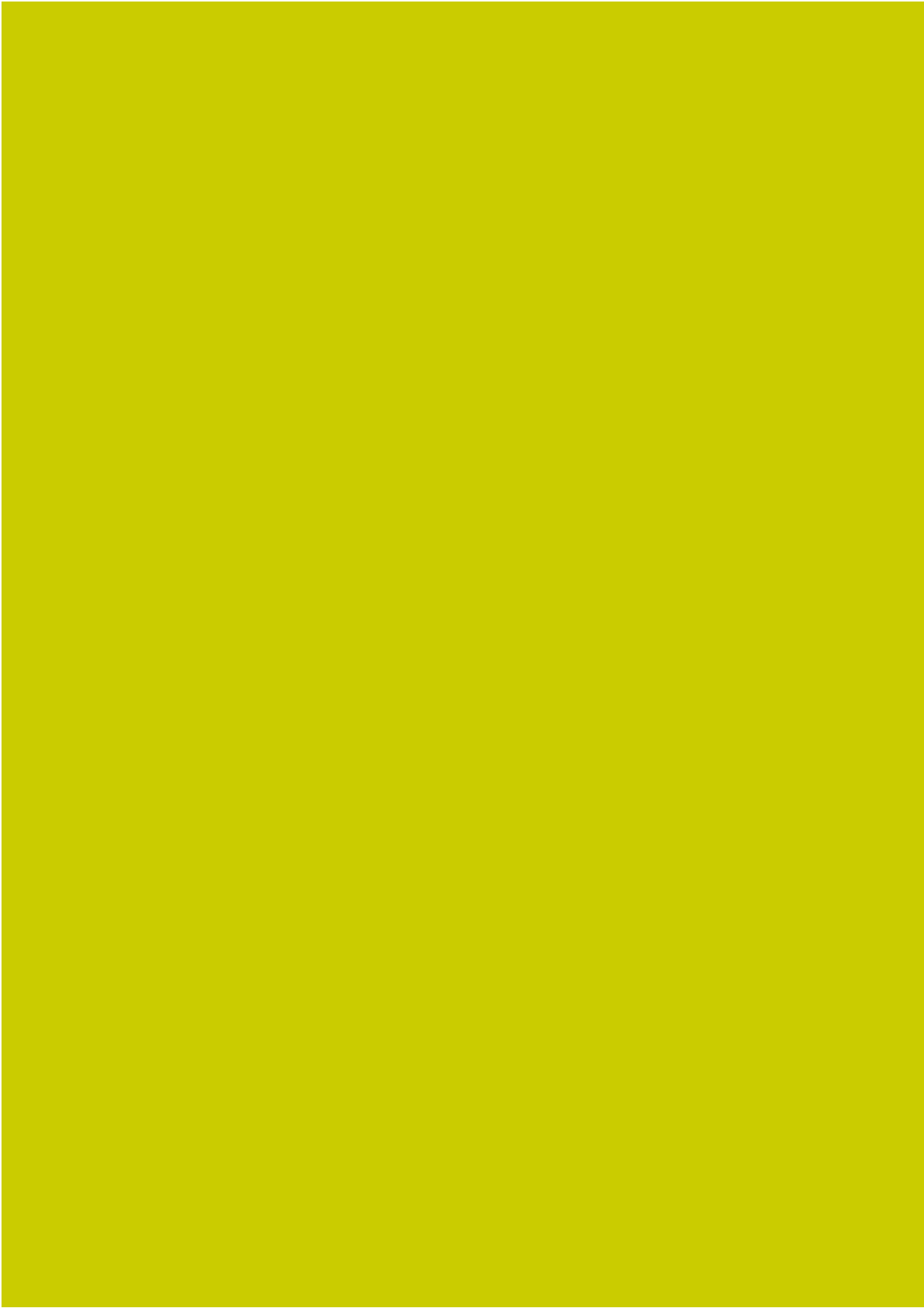
1. Le mot « nutrition » doit être compris comme englobant les questions relatives à l'alimentation (nutriments, aliments, déterminants sociaux, culturels, économiques, sensoriels et cognitifs des comportements alimentaires) et à l'activité physique.
2. Le PNNS prend en compte les dimensions biologique, symbolique et sociale de l'acte alimentaire et de l'activité physique.
3. Les orientations développées, les messages promus dans le cadre du PNNS reposent sur une expertise scientifique organisée par les pouvoirs publics.
4. Les actions mises en œuvre par le PNNS ont comme finalité de promouvoir, dans l'alimentation et le mode de vie, les facteurs de protection de la santé et de réduire l'exposition aux facteurs de risque de maladies chroniques. Toutes ces interventions intègrent dans leur conception et leur développement la question des inégalités sociales de santé.
5. Le PNNS privilégie la cohérence, la complémentarité et la synergie des différentes mesures, actions et réglementations pour tendre vers les objectifs fixés. Les mesures d'incitations adaptées aux différents types d'acteurs sont privilégiées. Des mesures réglementaires peuvent être mises en place si nécessaire pour lutter efficacement contre les inégalités sociales de santé en matière nutritionnelle.
6. Les stratégies et actions, mises en place et coordonnées dans le cadre des plans d'intervention développés par les pouvoirs publics qui ont un impact sur l'état nutritionnel de la population doivent être cohérentes, sans contradiction, ni explicite ni par omission.
7. Les repères nutritionnels du PNNS visent à promouvoir une alimentation et une activité physique favorables à un état nutritionnel et un état de santé optimaux. Aucun des messages du PNNS ne proscrie la consommation d'un quelconque aliment ou boisson mis sur le marché. Les repères nutritionnels conduisent, dans un objectif de santé, à promouvoir certaines catégories d'aliments et boissons, ainsi qu'à recommander la limitation d'autres catégories.
8. Les conditions de vie mais également l'environnement alimentaire et physique conditionnent fortement les comportements. Le PNNS doit contribuer à créer un environnement nutritionnel global, facilitant un choix positif pour la santé des consommateurs.

9. Le PNNS promeut et organise le dialogue avec les partenaires du programme au niveau national, régional et local.
10. L'apposition du logo du PNNS sur des documents, outils, supports de communication ou descriptifs d'action, dans le cadre prévu par la réglementation, est le garant de leur validité au regard des objectifs du PNNS.
11. Toute stigmatisation des personnes fondée sur un comportement alimentaire ou un état nutritionnel particulier est bannie par le PNNS.
12. Le PNNS intègre l'évaluation régulière de ses objectifs chiffrés, et autant que possible, des actions ou mesures qu'il met en œuvre (indicateurs d'efficacité ou évaluation des processus).

## Leviers stratégiques

Les actions du PNNS permettant l'atteinte des objectifs fixés par le HCSP sont définies dans deux champs thématiques (l'alimentation et l'activité physique) selon cinq leviers stratégiques :

- l'information, la communication et l'éducation pour orienter les comportements alimentaires et l'activité physique pour tous ;
- l'amélioration de l'environnement alimentaire et de l'environnement physique pour faciliter la mise en œuvre de comportements favorables pour la santé pour tous ;
- l'organisation du système de dépistage et de prise en charge des troubles nutritionnels ;
- la formation des professionnels dont l'activité influence l'alimentation et l'activité physique de la population ;
- la surveillance et l'évaluation pour assurer le pilotage opérationnel du programme.



## Axes stratégiques du Programme

### AXE 1 → Réduire par des actions spécifiques les inégalités sociales de santé dans le champ de la nutrition au sein d'actions générales de prévention

Les mesures prévues dans cet axe ont pour finalité de permettre l'atteinte des objectifs nutritionnels et des objectifs relatifs aux maladies cardio-vasculaires et métaboliques fixés par le **Haut conseil de santé publique**, qui sont cités ci-dessous (avril 2010).

#### Objectifs nutritionnels

**Objectif général 3 • Améliorer les pratiques alimentaires et les apports nutritionnels, notamment dans les populations à risque**

• **Sous objectif général 3-1 : augmenter la consommation de fruits et légumes**

OS 3-1-1 : augmenter en 5 ans, chez les adultes en population générale, la consommation de fruits et légumes, de sorte que :

- 70 % au moins d'adultes consomment au moins 3,5 fruits et légumes par jour ;
- 50 % au moins d'adultes consomment au moins 5 fruits et légumes par jour.

OS 3-1-2 : augmenter, en 5 ans, chez les adultes en situation de pauvreté, la consommation de fruits et légumes, de façon à :

- doubler la proportion d'adultes déclarant consommer des fruits et légumes au moins 3 fois par jour ;
- multiplier par 5 la proportion d'adultes déclarant consommer des fruits et légumes au moins 5 fois par jour.

OS 3-1-3 : augmenter en 5 ans, chez les enfants et les adolescents de 3 à 17 ans, la consommation de fruits et légumes, de sorte que :

- 50 % au moins consomment au moins 3,5 fruits et légumes par jour ;
- 25 % au moins consomment au moins 5 fruits et légumes par jour.

• **Sous objectif général 3-2 : réduire la consommation de sel**

OS 3-2-1 : diminuer la consommation moyenne de sel dans la population pour atteindre, en 5 ans :

- 8 g/jour chez les hommes adultes ;
- 6,5 g/jour chez les femmes adultes et les enfants.

• **Sous-objectif général 3-3 : améliorer la répartition des macronutriments dans les apports énergétiques sans alcool (AESA)**

OS 3-3-1 : ramener, chez les adultes et les enfants, en 5 ans, la contribution moyenne des lipides totaux au sein des apports énergétiques sans alcool (AESA) à 36,5 %.

OS 3-3-2 : ramener, chez les adultes et les enfants, en 5 ans, la part moyenne des acides gras saturés, au sein des apports en lipides totaux :

- à 36 % chez les adultes ; - à 37 % chez les enfants.

OS 3-3-3 : augmenter chez les adultes et les enfants, la part des apports en glucides complexes et en fibres et diminuer la part des apports en glucides simples issus des produits sucrés dans l'apport énergétique total.

OS 3-3-3-1 : augmenter, en 5 ans, la proportion de personnes ayant des apports en glucides complexes  $\geq 27,5$  % de l'AESA :

- de 20 % chez les adultes ; - de 35 % chez les enfants.

OS 3-3-3-2 : augmenter, en 5 ans, la proportion de personnes ayant des apports en glucides simples issus des produits sucrés  $< 12,5$  % de l'AESA :

- de 7 % chez les adultes ; - de 20 % chez les enfants.

OS 3-3-3-3 : doubler chez les adultes, la proportion de personnes ayant des apports en fibres  $> 25$  g/jour.

OS 3-3-3-4 : réduire de 25% au moins, en 5 ans, la proportion d'enfants consommant plus d'un demi-verre de boissons sucrées par jour.

• **Sous-objectif général 3-4 : augmenter les apports en calcium dans les groupes à risque**

OS 3-4-1 : diminuer de 10 % au moins, la proportion de femmes jeunes, d'adolescents et de personnes âgées ayant des apports en calcium alimentaire inférieurs au BNM (Besoin nutritionnel moyen).

• **Sous-objectif général 3-5 : lutter contre la carence en fer chez les femmes en situation de pauvreté**

OS 3-5-1 : réduire d'un tiers, en 5 ans, la fréquence de l'anémie ferriprive chez les femmes en situation de pauvreté, en âge de procréer (15-49 ans).

• **Sous-objectif général 3-6 : améliorer le statut en folates des femmes en âge de procréer**

OS 3-6-1 : réduire de 30 % au moins, en 5 ans, la proportion des femmes en âge de procréer (15-49 ans) ayant un risque de déficit en folates (taux de folates plasmatiques  $< 3$  ng/mL).

OS 3-6-2 : réduire de 20 % au moins, en 5 ans, la proportion de femmes ayant des apports en folates inférieurs au BNM.

OS 3-6-3 : augmenter de 50 % au moins, en 5 ans, le nombre d'unités de comprimés d'acide folique (0,4 mg) prescrits pour un projet de grossesse.

• **Sous-objectif général 3-7 : promouvoir l'allaitement maternel**

OS 3-7-1 : augmenter de 15 % au moins, en 5 ans, le pourcentage d'enfants allaités à la naissance.

OS 3-7-2 : augmenter de 25 % au moins, en 5 ans, la part des enfants allaités à la naissance bénéficiant d'un allaitement exclusif.

OS 3-7-3 : allonger de 2 semaines, en 5 ans, la durée médiane de l'allaitement.

OS 3-7-4 : retarder d'un mois, en 5 ans, l'âge médian d'introduction de tout autre aliment que le lait (maternel ou formule lactée du commerce).

**Objectif général 1 • Réduire l'obésité et le surpoids dans la population**

• **Sous-objectif général 1-1 : stabiliser la prévalence de l'obésité et réduire le surpoids chez les adultes**

OS 1-1-1 : stabiliser, en 5 ans, la prévalence de l'obésité chez les adultes.

OS 1-1-2 : réduire, de 10 % au moins, en 5 ans, la prévalence du surpoids chez les adultes.

OS 1-1-3 : stabiliser, en 5 ans, chez les femmes en situation de pauvreté, la prévalence de l'obésité.

OS 1-1-4 : diminuer de 15 % au moins, en 5 ans, la prévalence de l'obésité morbide.

• **Sous-objectif général 1-2 : diminuer la prévalence de l'obésité et du surpoids chez les enfants et les adolescents**

OS 1-2-1 : diminuer en 5 ans, de 15 % en moyenne, chez les enfants et adolescents de 3 à 17 ans, la prévalence globale de surpoids et d'obésité.

OS 1.2.2 : diminuer en 5 ans, de 15 % au moins, chez les enfants et adolescents de 3 à 17 ans issus de milieux défavorisés, la prévalence de surpoids et d'obésité.

**Objectifs relatifs aux maladies cardio-vasculaires et métaboliques**

**Objectif général 2 • Diminuer l'hypercholestérolémie et l'hypertension artérielle**

OS 2-1 : réduire de 5 %, dans la population adulte, la cholestérolémie moyenne (LDL-cholestérol) en 5 ans.

OS 2-2 : augmenter en 5 ans la proportion de patients atteints d'hypercholestérolémie traités et équilibrés.

OS 2-3 : augmenter en 5 ans la proportion de patients atteints d'hypertension artérielle, traités et équilibrés.

De nombreuses actions de prévention visant à éviter l'apparition de facteurs de risques ou de pathologies liées à une nutrition insatisfaisante ont été développées depuis que le PNNS a été initié en 2001. Ces actions, en s'appuyant sur les principes de la promotion de la santé, visent une synergie entre :

- des interventions visant à donner aux individus les moyens d'effectuer des choix éclairés en matière d'alimentation et d'activité physique, par la conception, la diffusion, la mise en œuvre de campagnes, d'outils et de programmes de communication et d'éducation nutritionnelle (dans le sens donné à la nutrition par le PNNS) ;
- des interventions visant à rendre l'environnement plus propice à concrétiser des choix favorables, que ce soit pour l'alimentation ou pour l'activité physique.

Cette approche est en cohérence avec celle déclinée par le programme national pour l'alimentation.

L'article L1411-1 du Code de la santé publique stipule que la politique de santé publique doit concerner « la réduction des inégalités de santé, par la promotion de la santé, par le développement de l'accès aux soins et aux diagnostics sur l'ensemble du territoire ».

Le rapport du Haut conseil de la santé publique d'avril 2010 mentionne : « les inégalités sociales de santé ont eu tendance à se creuser » et « se traduisent par une différence d'espérance de vie à 35 ans de sept ans entre les ouvriers et les cadres supérieurs, alors même que ces deux catégories bénéficient d'un emploi, d'un logement et d'une insertion sociale ». Ces inégalités sont « systémiques, socialement construites et donc injustes et modifiables ».

Il n'y a pas eu de réduction des inégalités sociales de santé en matière de nutrition au cours des années 2000, depuis que le PNNS a été initié. À l'extrême, se trouvent les personnes en situation de précarité ayant recours à l'aide alimentaire. Leur situation est elle-même différente selon que le recours est récent, ancien, permanent, temporaire... Les personnes en situation socio-économique difficile, sans être dans une situation conduisant à recourir à l'aide alimentaire, présentent une situation nutritionnelle moins satisfaisante que celle des populations plus favorisées sur le plan socio-économique.

Les comportements en matière d'alimentation et d'activité physique sont socialement déterminés, et non pas seulement « individuels ». Il convient d'orienter les interventions visant la réduction des inégalités sociales de santé dans le domaine nutritionnel tant vers les causes proximales (les comportements des individus) que les causes fondamentales (le contexte dans lequel les comportements s'insèrent).

**AXE 1 : Réduire par des actions spécifiques les inégalités sociales de santé dans le champ de la nutrition au sein d'actions générales de prévention**

15

## Mesure 1 • Mettre en place des interventions spécifiques pour réduire les inégalités sociales de santé (ISS) en matière nutritionnelle

Les inégalités sociales de santé en matière de nutrition trouvent principalement leur origine dans les inégalités de revenus. Cependant, celles-ci ne recouvrent pas l'ensemble des facteurs d'inégalité : la situation familiale (séparation, famille monoparentale...), la situation d'emploi (précarité d'emploi, chômage, temps partiel contraint, étudiant, jeune travailleur), le niveau d'éducation, l'origine culturelle, la situation de migration, l'environnement immédiat, l'isolement de certaines personnes âgées, constituent autant de facteurs et de contraintes à considérer pour identifier les divers groupes de populations dans le gradient des inégalités sociales et leur proposer des actions adaptées.

Réduire les inégalités sociales de santé dans le domaine nutritionnel s'inscrit dans le contexte global des interventions du PNNS. Cet objectif nécessite aussi des actions spécifiques. Les contraintes et difficultés auxquelles ont à faire face les divers groupes socio-économiques diffèrent d'un groupe à l'autre et amènent à concevoir des actions de proximité adaptées aux divers contextes. L'accessibilité, la promotion et la facilitation du choix des achats d'aliments favorables pour la santé et l'information sur des aliments dont la consommation est, dans un objectif de santé, à limiter, sont une base de la réduction des inégalités. Il en est de même pour le versant activité physique de la nutrition. Ces actions doivent être développées en tenant compte des acquis et des propositions issues des multiples réflexions formulées sur cette question<sup>7</sup> ou encore des éléments mentionnés dans le rapport IGAS-CGAAER d'avril 2010<sup>8</sup>.

De nombreux acteurs, institutionnels et professionnels, interviennent directement dans le but de limiter les inégalités sociales de santé : les acteurs des communes (CCAS, ateliers santé ville, centres de loisir sans hébergement...) et du conseil général (PMI), les travailleurs sociaux, le monde associatif (clubs sportifs, aide alimentaire...). Il s'agit de les identifier afin de coordonner les interventions dans une optique de cohérence.

<sup>7</sup> Voir notamment *ADSP Les inégalités sociales de santé*, La Documentation française N°73, Décembre 2010

<sup>8</sup> <http://lesrapports.ladocumentationfrancaise.fr/BRP/104000214/0000.pdf>

#### ACTIONS

##### 1. Préalable : identifier les inégalités et mobiliser les acteurs par :

(1.1) Compléter les réflexions et données disponibles sur la question des inégalités sociales de santé, par la finalisation de l'expertise collective sur la question spécifique des inégalités sociales de santé en nutrition, confiée à l'INSERM et initiée en 2010.

##### 2. Développer des actions d'éducation et d'information spécifiques par :

(2.1) la sensibilisation des personnels des caisses d'allocations familiales (et des caisses d'assurance vieillesse), à la question nutrition santé, en leur fournissant des documents (fiches, brochures) adaptés pour aborder la question lors des contacts avec les allocataires de prestations sociales ;

(2.2) la conception et la diffusion de messages nutrition et d'outils, dont le format soit adapté aux divers publics concernés par les inégalités sociales de santé en nutrition (TV, journaux gratuits).

##### 3. Favoriser spécifiquement l'accessibilité à des aliments de bonne qualité nutritionnelle dans le but de réduire les inégalités sociales de santé par :

(3.1) la poursuite des analyses visant l'amélioration de l'information du consommateur sur le plan nutritionnel afin de faciliter ses choix ;

(3.2) la poursuite de l'analyse de l'impact de la variation du prix des aliments intégrant la balance pour la santé individuelle (en terme de qualité nutritionnelle), l'environnement, la société, l'économie ;

(3.3) l'évaluation de l'impact sur la consommation alimentaire (fruits, légumes, poissons, produits laitiers...) de la fourniture de coupons alimentaires par différents systèmes d'aide sociale à des ménages en difficultés économiques et sur les finances publiques.

##### 4. Former en nutrition les acteurs locaux de proximité par :

(4.1) la mise à disposition par l'association française des diététiciens nutritionnistes (AFDN) d'un module de formation pour les organismes de formation de travailleurs sociaux ;

(4.2) l'incitation à la formation des professionnels des collectivités territoriales en lien avec le centre national de la fonction publique territoriale (CNFPT).

##### 5. Renforcer les moyens humains, matériels et financiers disponibles par :

(5.1) la mise à disposition d'outils adaptés, porteurs du logo du PNNS, pour les équipes travaillant auprès des populations visées ;

(5.2) la promotion de la mise à disposition de personnes ressources dans le cadre du service civique.



## Mesure 2 • Décliner la stratégie de prévention nutritionnelle dans le champ de l'alimentation

L'amélioration de l'environnement, dans le but de rendre accessible à tous un choix alimentaire favorable pour la santé, est une stratégie de santé publique fondamentale, complément indispensable des actions de communication, d'information et d'éducation nutritionnelle.

Depuis 2007, il est proposé aux acteurs économiques intervenant dans le champ de l'alimentation de signer avec l'État une charte volontaire de progrès nutritionnel sur la base d'un dossier proposé à un comité *ad hoc* et évalué à partir d'un référentiel type.

Fin mai 2011, 26 des 42 dossiers soumis ont été acceptés. Cette stratégie a montré sa faisabilité et son impact sur l'amélioration de la qualité nutritionnelle des produits concernés mis sur le marché et sur leurs conditions de commercialisation. Divers secteurs de la filière alimentaire, grandes entreprises aussi bien que PME ou interprofessions, ont validé des dossiers. Cette procédure novatrice est analysée avec attention au niveau international.

Un décalage demeure cependant entre le niveau de consommation de la population et les repères fixés par le PNNS, ainsi que les objectifs de santé publique, notamment concernant le sel. Les conclusions du Conseil européen du 8 juin 2010 « demandent aux États membres de prendre ou renforcer les mesures visant à réduire la consommation de sel afin d'améliorer la santé de la population ». Pour cette mesure « prévention », le PNNS s'appuiera notamment sur les actions du PNA inscrites dans les axes suivants :

- faciliter l'accès de tous à une alimentation de qualité (Axe I) ;
- améliorer l'offre alimentaire (Axe II) ;
- et sur des actions complémentaires.

### ACTIONS

#### 6. Faciliter l'accès de tous à une alimentation de qualité (Axe I du PNA)

##### I.1 Mieux manger en situation précaire

I.1.1 Augmenter les quantités et favoriser un régime plus équilibré

I.1.1.1 En mobilisant davantage de dons et d'inventus pour l'aide alimentaire

I.1.1.2 En réorganisant l'aide alimentaire

I.1.1.3 En accompagnant la distribution de l'aide alimentaire avec des actions sociales

I.1.1.4 En assurant une distribution équitable de l'aide alimentaire, sur tout le territoire, toute l'année

I.1.1.5 En levant les freins pesant sur les associations en matière de distribution de denrées alimentaires

I.1.2 Favoriser les initiatives alliant lutte contre le gaspillage alimentaire et aide aux personnes démunies

##### I.2 Prendre de bonnes habitudes alimentaires dans le cadre scolaire ou périscolaire

I.2.1 Généraliser la distribution de fruits à l'école en plus de ceux consommés à la cantine

I.2.2 Donner un repas équilibré et du plaisir aux jeunes en restauration collective

I.2.2.1 En imposant le respect des règles nutritionnelles au restaurant scolaire

I.2.2.2 En développant, dans les collèges, le dispositif « Plaisir à la cantine »

I.2.2.3 En facilitant l'apprentissage de bonnes pratiques alimentaires par les étudiants et leur découverte des produits bruts à un tarif social

I.2.2.4 En développant l'éducation nutritionnelle à l'université

I.2.2.5 En proposant un accompagnement et des formations **spécifiques adaptées** aux responsables des services de restauration scolaire

**I.3 Mieux manger en établissements de santé et médico-sociaux**

I.3.1 Améliorer le confort des patients

I.3.1.1 En améliorant le bien-être des personnes âgées fragilisées grâce à une **offre alimentaire labellisée**, adaptée à leurs besoins, alliant nutrition et plaisir

I.3.1.2 En mobilisant les établissements de santé et médico-sociaux pour apporter des **améliorations pratiques aux menus et aux conditions de prise des repas**

I.3.1.3 En évaluant le programme « **corbeilles de fruits et légumes frais à l'hôpital** »

I.3.2 Guider et conseiller les familles pour permettre de conserver le côté convivial du repas en cas de pathologies nécessitant un suivi et une **prise en charge alimentaire spécifique des enfants hors établissement de santé**

**I.4 Améliorer l'alimentation des séniors**

I.4.1 Adapter l'alimentation des aînés à de nouveaux besoins

I.4.1.1 En améliorant le respect des **règles nutritionnelles** dans les maisons de retraite

I.4.2 Les aider à conserver leur autonomie le plus longtemps possible

I.4.2.1 En améliorant les prestations de **portage à domicile des repas**

I.4.2.2 En permettant aux personnes âgées isolées de bénéficier de **paniers fermiers**

I.4.2.3 En développant l'information sur l'alimentation des plus de 55 ans

**I.5 Améliorer l'offre alimentaire en milieu carcéral et favoriser la réinsertion par l'alimentation**

I.5.1 Favoriser les **échanges de pratiques entre cuisiniers** des différents établissements pour améliorer la prestation de restauration

I.5.2 Utiliser l'alimentation comme aide à la **réinsertion professionnelle** en développant les formations aux métiers de bouche

I.5.2 Faire bénéficier les jeunes sous protection judiciaire d'un accompagnement et de formation à des métiers relevant des domaines de l'agriculture, de l'environnement, de l'agroalimentaire, de l'alimentation, de la forêt et des services en milieu rural en vertu de l'accord-cadre établi en mai 2009 entre la DPJJ, la DAP pour le ministère de la justice et la DGER pour le ministère de l'agriculture, de l'alimentation, de la pêche, de la ruralité et de l'aménagement du territoire

**7. Améliorer l'offre alimentaire (Axe II du PNA)**

**II.1 Généraliser les démarches volontaires et les partenariats publics/privés permettant d'innover pour améliorer la qualité des éléments**

II.1.1 Mettre en place un **observatoire de l'alimentation** pour améliorer le suivi de la qualité de l'alimentation

II.1.2 Inciter les professionnels du secteur concerné à formuler des propositions d'amélioration de la qualité de leurs produits via des **contrats collectifs d'engagement de qualité**

II.1.3 Afin de faciliter ces évolutions, favoriser l'**innovation** dans le champ des productions agricoles, de la pêche et de l'alimentation, notamment pour les PME

II.1.4 Améliorer l'**accès aux produits de base**

II.1.5 Améliorer ou conserver la **qualité organoleptique** de l'offre alimentaire

II.1.6 Réduire l'apport en sel via l'offre alimentaire

II.1.7 Évaluer les opportunités de développement et de valorisation des modes de production agricoles permettant d'améliorer la qualité nutritionnelle des produits

II.1.8 Créer un **comité stratégique des IAA**

#### **II.2 Développer des variétés végétales à haute valeur environnementale, nutritionnelle et organoleptique**

- II.2.1 Modifier les **critères de sélection** afin d'intégrer la valeur environnementale, nutritionnelle et organoleptique pour les nouvelles variétés organoleptique
- II.2.2 Améliorer l'**information** sur les variétés commercialisées

#### **II.3 Rapprocher producteurs et consommateurs**

- II.3.1 Développer les productions agricoles et de la pêche en circuits courts ou de proximité
- II.3.2 Faciliter l'accès des consommateurs de la **restauration collective publique** aux productions issues de ces circuits

#### **II.4 Améliorer la sécurité sanitaire des produits mis à la disposition des consommateurs**

- II.4.1 Imposer la **formation à l'hygiène alimentaire des professionnels de la restauration**
- II.4.2 Accompagner les **petites entreprises** et les **transformateurs à la ferme** à intégrer la sécurité sanitaire dans le management de leur entreprise

#### **ACTIONS COMPLÉMENTAIRES**

Des actions complémentaires à celles du PNA rappelées ci-dessus sont proposées pour répondre à l'objectif nutritionnel n° 3 du Haut conseil de la santé publique détaillé ci-dessus : « Améliorer les pratiques alimentaires et les apports nutritionnels, notamment dans les populations à risque ».

#### **8. Développer et valoriser les chartes d'engagement volontaires de progrès nutritionnel pour une offre alimentaire allant dans le sens des objectifs du PNNS par :**

(8.1) l'évolution du référentiel-type pour les chartes individuelles d'engagements volontaires de progrès nutritionnel, la promotion des chartes vers les acteurs économiques concernés, les médias, les professionnels relais, le grand public et le développement d'un cadre et permettant aux opérateurs signataires de communiquer sur leur engagement ;

(8.2) l'aide aux petites et moyennes entreprises pour l'élaboration des chartes.

#### **9. Élaborer un référentiel de savoir faire culinaire plus favorable à la santé à destination des professionnels de la santé, du secteur social et de la jeunesse en lien avec le PNA.**

**Mesure 3 • Mettre en œuvre les actions ayant un impact de santé publique mentionnées dans le Programme éducation santé 2011-2015 et complémentaires à ce programme**

**ACTION**

10. Renforcer, dans le cadre du Programme éducation santé 2011-2015, l'éducation nutritionnelle en milieu scolaire par :

(10.1) le développement de l'éducation à la nutrition en s'appuyant notamment sur les programmes scolaires, particulièrement en CE2 et 5<sup>e</sup> ;

(10.2) la valorisation et la diffusion d'outils de référence en éducation nutritionnelle pour l'école primaire comprenant des outils d'analyse de la publicité alimentaire des outils d'éducation sensorielle et des outils pour des ateliers culinaires ;

(10.3) la sensibilisation des parents, sur la base du dossier documentaire réactualisé ;

(10.4) la diffusion d'une circulaire portant sur les prises alimentaires à l'école, au collège et au lycée.

## Mesure 4 • Développer des actions d'information et d'éducation nutritionnelle

Les repères nutritionnels du PNNS sont inégalement connus, perçus et compris. Leur application peut se heurter à une série d'obstacles. Le passage de la connaissance à la mise en pratique de ces repères demeure un défi pour de larges fractions de la population (notamment les plus défavorisées).

Les pathologies liées à la nutrition sont nombreuses. Le développement des actions d'information des professionnels, notamment de santé, mais aussi des élus et de la population générale est primordial. Les données scientifiques soulignent que la publicité alimentaire télévisée contribue à favoriser la consommation accrue de produits riches en sucre, en graisse et en sel. L'exposition de l'enfant et des populations vulnérables aux publicités a un impact sur les préférences et les choix alimentaires, le grignotage, les connaissances et l'état nutritionnel.

En vue de renforcer l'éducation nutritionnelle en milieu scolaire, l'objectif est de privilégier les outils ludiques, d'informer, d'éduquer et d'orienter les jeunes consommateurs vers des choix alimentaires satisfaisants d'un point de vue nutritionnel.

### ACTIONS

#### 11. Développer une communication actualisée sur les repères nutritionnels du PNNS et des outils adaptés à des publics spécifiques ; informer sur les relations entre nutrition et pathologies par :

(11.1) l'actualisation des repères nutritionnels, le renforcement de leur communication en vue de leur appropriation et de leur mise en pratique (notamment les repères moins connus comme les féculents) avec une approche prenant en compte la spécificité des publics ; le développement d'une information sur la notion de portion ; l'information sur la question de la consommation d'alcool ; la promotion des sels iodés et fluorés dans le cadre de la limitation de la consommation de sel ;

(11.2) le renforcement de l'information sur la notion de sédentarité (notamment temps d'écran) ; l'intégration d'une sensibilisation sur les relations entre le sommeil et la prise de poids dans les documents publiés du PNNS et du PO à destination du grand public et des professionnels ;

(11.3) l'information des professionnels de santé sur les liens entre nutrition et pathologies fournissant des recommandations de prise en charge nutritionnelle de maladies chroniques d'organes ; la sensibilisation des professionnels sur l'allergie alimentaire ;

(11.4) la prise en compte des principales conclusions des travaux sur l'image du corps en vue d'élaborer des mesures concrètes pour une meilleure représentation de la diversité corporelle ;

(11.5) le développement d'une information validée par les pouvoirs publics sur le bon usage des compléments alimentaires ;

(11.6) la communication sur les rapports de l'Agence nationale de sécurité sanitaire des aliments (Anses) et de l'Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé (AFSSAPS) sur l'amaigrissement.

*L'encadrement des téléachats vantant des produits et appareils ayant un effet sur l'état nutritionnel (voir plan obésité).*

## Axe 1

### 12. Renforcer les messages de santé publique et réduire les effets de la pression publicitaire par :

(12.1) la poursuite des réflexions dans le but de parvenir à limiter la pression publicitaire s'exerçant sur les enfants en faveur de la consommation d'aliments gras/sucrés/salés ;

(12.2) l'évolution des messages sanitaires apposés aux publicités émanant d'opérateurs économiques ;

(12.3) la sensibilisation des producteurs de programmes TV à la relation nutrition santé.

## Mesure 5 • Promouvoir l'allaitement maternel

L'allaitement est une pratique intime, liée à l'histoire et à la culture de chaque société, dont la décision revient à chaque femme. C'est une pratique dont les bénéfices pour la santé de l'enfant allaité et de sa mère à court, moyen et long terme, ont été scientifiquement démontrés. La décision d'allaiter est un choix individuel qui tient compte du savoir, de la disponibilité, des traditions, des moyens et des représentations de chaque femme.

### ACTION

#### 13. Mettre en œuvre des mesures issues du plan d'action allaitement pour :

(13.1) communiquer, informer et sensibiliser les mères sur les modes d'alimentation du nouveau-né, en intégrant un regard objectif sur l'allaitement maternel (en bénéfices comme en conditions à réunir) pour permettre un véritable choix éclairé ;

(13.2) s'assurer que les services de maternité offrent effectivement aux femmes le droit à l'information personnalisée et objective permettant ce choix. Les établissements réunissant ces conditions doivent l'inscrire dans le processus de certification.

## AXE 2 → Développer l'activité physique et sportive (APS) et limiter la sédentarité

Les mesures prévues dans cet axe ont pour finalité de permettre l'atteinte des objectifs nutritionnels et des objectifs relatifs aux maladies cardio-vasculaires et métaboliques fixés par le **Haut conseil de santé publique** qui sont indiqués ci-dessous (avril 2010).

### Objectifs nutritionnels

#### Objectif général 2 • Augmenter l'activité physique et diminuer la sédentarité à tous les âges

##### • Sous objectif général 2-1 : augmenter l'activité physique chez les adultes

OS 2-1-1 : augmenter chez les adultes, en 5 ans, la proportion de personnes située dans la classe d'activité physique\* :

- « élevée » de 20 % au moins chez les hommes et de 25 % au moins chez les femmes ;
- « moyenne » de 20 % au moins.

\* : selon le questionnaire IPAQ (International Physical Activity Questionnaire)

##### • Sous objectif général 2-2 : augmenter l'activité physique et lutter contre la sédentarité chez les enfants et les adolescents

OS 2-2-1 : atteindre, en 5 ans, au moins 50 % d'enfants et adolescents de 3 à 17 ans ayant une activité physique d'intensité élevée trois fois par semaine pendant au moins une heure.

OS 2-2-2 : diminuer de 10 % au moins, en 5 ans, le temps moyen journalier passé par les enfants et les adolescents de 3 à 17 ans devant un écran.

#### Objectif général 1 • Réduire l'obésité et le surpoids dans la population

##### • Sous-objectif général 1-1 : stabiliser la prévalence de l'obésité et réduire le surpoids chez les adultes

OS 1-1-1 : stabiliser, en 5 ans, la prévalence de l'obésité chez les adultes.

OS 1-1-2 : réduire, de 10 % au moins, en 5 ans, la prévalence du surpoids chez les adultes.

OS 1-1-3 : stabiliser, en 5 ans, chez les femmes en situation de pauvreté, la prévalence de l'obésité.

OS 1-1-4 : diminuer de 15 % au moins, en 5 ans, la prévalence de l'obésité morbide.

##### • Sous-objectif général 1-2 : diminuer la prévalence de l'obésité et du surpoids chez les enfants et les adolescents

OS 1-2-1 : diminuer en 5 ans, de 15 % en moyenne, chez les enfants et adolescents de 3 à 17 ans, la prévalence globale de surpoids et d'obésité.

OS 1.2.2 : diminuer en 5 ans, de 15 % au moins, chez les enfants et adolescents de 3 à 17 ans issus de milieux défavorisés, la prévalence de surpoids et d'obésité.



#### Objectifs relatifs aux maladies cardio-vasculaires et métaboliques

##### Objectif général 2 • Diminuer l'hypercholestérolémie et l'hypertension artérielle

OS 2-1 : réduire de 5 %, dans la population adulte, la cholestérolémie moyenne (LDL-cholestérol) en 5 ans.

OS 2-2 : augmenter en 5 ans la proportion de patients atteints d'hypercholestérolémie traités et équilibrés.

OS 2-3 : augmenter en 5 ans la proportion de patients atteints d'hypertension artérielle, traités et équilibrés.

Dans une société qui incite à une plus grande sédentarité, l'expertise collective de l'INSERM sur l'activité physique et le rapport du Professeur Toussaint *Retrouver sa liberté de mouvement*, de 2008, ont montré que la composante « bouger » de la nutrition est essentielle pour l'équilibre énergétique à tous les âges de la vie. Porteuse de valeurs sociales et éducatives, l'activité physique a un effet bénéfique sur la santé, qu'elle soit pratiquée dans les déplacements et les activités de la vie quotidienne, ou encadrée dans un club sportif. Elle est aussi un adjuvant thérapeutique auprès des patients en parcours de soins. Dans cet esprit, un grand nombre d'initiatives ont déjà été développées pour inciter la mise en pratique du repère du PNNS « Au moins 30 minutes d'activité physique par jour ». Cependant, il est nécessaire de renforcer la politique de promotion et d'éducation à la santé par les actions dans ce domaine pour tenir compte des objectifs fixés par le HCSP.

Deux niveaux d'activités physiques et sportives (APS) doivent être développés :

- l'activité physique au quotidien pour tous, durant les temps de trajets, de loisirs et de travail, complétée par une activité physique encadrée régulière ;
- l'activité physique adaptée pour les personnes particulièrement vulnérables, qu'il s'agisse de populations défavorisées, en situation de handicap, de personnes atteintes de maladies chroniques, ou de personnes âgées.

## Mesure 1 • Promouvoir, développer et augmenter le niveau d'activité physique quotidienne pour tous

Deux leviers sont préconisés dans les rapports au niveau mondial pour inciter les citoyens à pratiquer une activité physique : l'information et l'amélioration de l'environnement physique.

### ACTIONS

#### 14. Promouvoir un environnement propice à la pratique de l'activité physique et limiter la sédentarité par :

(14.1) la valorisation et l'encouragement des modes de transport actifs avec l'intégration de la mobilité active dans les chaînes de déplacements (en lien avec le Plan santé environnement 2) ;

(14.2) la mise en place d'évènements grand public pour promouvoir l'APS comme facteur de santé et de bien être.

#### 15. Promouvoir des moyens destinés à développer la pratique de l'activité physique par :

(15.1) le développement de la communication auprès du public sur l'activité physique et sportive, en tenant compte des spécificités par public ainsi qu'en sensibilisant notamment les employeurs, les comités d'entreprise et les collectivités territoriales à l'intérêt de l'activité physique ;

(15.2) la sensibilisation des professionnels des secteurs de la santé, du social et de l'éducation nationale, en contact avec les enfants et les adolescents, aux bénéfices santé de l'activité physique et sportive.

## Mesure 2 • Promouvoir l'activité physique et sportive adaptée (APA) chez les populations en situation de handicap, défavorisées, âgées ou atteintes de maladies chroniques

### ACTIONS

16. Promouvoir l'accès aux activités physiques et sportives pour les personnes en situation de handicap (physique, mental, psychique ou sensoriel) par :

- (16.1) le développement de la communication, via le portail PNNS, auprès du public et des professionnels sur les bénéfices santé de la pratique des APS chez les personnes handicapées ;
- (16.2) l'accompagnement des maisons départementales du handicap (MDPH) afin qu'elles intègrent dans les plans personnalisés de compensation, élaborés par les commissions départementales, l'accessibilité à la pratique d'une activité physique ou sportive ;
- (16.3) l'accompagnement des centres spécialisés et des associations sportives à la mise en place des APS pour les publics atteints d'un handicap physique, mental, psychique ou sensoriel ;
- (16.4) l'accompagnement des fédérations sportives pour le développement de l'offre pour ce public et des propriétaires d'équipements sportifs à la mise en place d'aménagements nécessaires pour faciliter l'accessibilité de ce public.

17. Promouvoir l'accès aux activités physiques et sportives pour les populations défavorisées par :

- (17.1) le renforcement de la prise en compte de la promotion de l'APS comme facteur de santé au sein de la politique de la ville ;
- (17.2) le développement des APS dans les quartiers défavorisés ;
- (17.3) le développement des APS comme support de l'action d'éducation auprès des jeunes sous protection judiciaire. Le « challenge Michelet » manifestation sportive annuelle à l'attention des jeunes sous protection judiciaire ou pris en charge dans le cadre de la politique de la ville et de la prévention de la délinquance participe à ce développement.

18. Promouvoir l'activité physique et sportive adaptée chez les personnes âgées de plus de 50 ans et les personnes en perte d'autonomie par :

- (18.1) la création et la diffusion d'un annuaire des associations sportives proposant des activités pour les personnes âgées de plus de 50 ans ;
- (18.2) le développement de l'offre d'activités physiques dans les EHPAD et les foyers ou résidences pour personnes âgées ;
- (18.3) l'harmonisation des programmes visant à prévenir les chutes par les APS et la mise en place d'un dispositif national bien identifié.

#### 19. Promouvoir l'activité physique et sportive adaptée chez les personnes atteintes de maladies chroniques, dans les clubs sportifs par :

- (19.1) l'élaboration d'un guide d'aide à la mise en place dans un club d'une offre d'APS destinée aux personnes atteintes de maladies chroniques, après évaluation des expérimentations en cours ;
- (19.2) l'élaboration d'un référentiel de bonnes pratiques, destiné aux clubs sportifs qui souhaitent mettre en place une offre d'APS pour les personnes atteintes de maladies chroniques ;
- (19.3) l'apport d'une aide financière aux fédérations sportives et à leurs comités régionaux et départementaux, pour les inciter à développer l'offre pour cette population.



## AXE 3 → Organiser le dépistage et la prise en charge du patient en nutrition ; diminuer la prévalence de la dénutrition

Les mesures prévues dans cet axe ont pour finalité de permettre l'atteinte des objectifs nutritionnels fixés par le **Haut conseil de santé publique** qui sont indiqués ci-dessous (avril 2010).

### Objectifs nutritionnels

#### Objectif général 4 • Réduire la prévalence des pathologies nutritionnelles

- OS 4-1 : réduire la prévalence des troubles du comportement alimentaire chez les adolescents.
- OS 4-2 : réduire, en population générale, en 5 ans, le pourcentage de personnes âgées dénutries vivant à domicile ou en institution :
  - de 15 % au moins pour les plus de 60 ans ;
  - de 30 % au moins pour les plus de 80 ans.
- OS 4-3 : réduire de 20 % au moins, en 5 ans, le pourcentage de malades hospitalisés dénutris.

Le dépistage et la prise en charge des pathologies liées à la nutrition (obésité et dénutrition) nécessitent, sur la base des recommandations de pratiques disponibles, une organisation rationnelle des soins, depuis le premier contact avec le médecin traitant jusqu'aux établissements hospitaliers et de soins de suite et de réadaptation (SSR). Il convient de préciser le rôle de chacun dans la chaîne de soins. Ce champ recouvre dans le domaine de l'obésité un axe majeur du PO traité par ailleurs. La dénutrition affecte les personnes âgées, mais également les enfants et les adultes. Toutes les grandes pathologies chroniques (maladies chroniques d'organe - respiratoires, rénales, cardiaques, hépatiques, cancers, Alzheimer, troubles du comportement alimentaire) peuvent en effet induire une dénutrition à l'origine d'une augmentation de la morbidité, de la mortalité et d'une dégradation de la qualité de vie. La dénutrition est aussi un facteur de perte de chance pour les personnes malades. Elle génère des coûts de santé considérables. La question de la dénutrition concerne divers plans de santé publique (notamment : plan qualité de vie des personnes souffrant de maladies chroniques, plan Alzheimer, plan cancer, plan santé mentale...).

Le dépistage systématique de la dénutrition et des troubles nutritionnels, à l'hôpital comme en ambulatoire ou au sein des réseaux de santé, revêt une importance particulière tant en termes de prévention que de soins. Ce dépistage amène à proposer une prise en charge coordonnée et à assurer un suivi régulier dans un établissement de santé public ou privé, lors d'une hospitalisation à domicile ou d'un suivi régulier dans un établissement médico-social (EHPAD, maisons de retraite...).

Ce dépistage, dont les modalités ont été définies par la HAS, fait partie des indicateurs IPAQSS (Indicateurs pour l'amélioration de la qualité et de la sécurité des soins). Sa mesure est documentée dans les indicateurs évalués chaque année.

## Mesure 1 • Organiser le dépistage des troubles nutritionnels et la prise en charge du patient

### ACTIONS

#### 20. Mieux prendre en compte la dimension nutrition en médecine ambulatoire par :

- (20.1) la mise en ligne d'un outil d'appropriation du PNNS pour les médecins généralistes ;
- (20.2) l'analyse de l'intérêt de définir un titre et des compétences de « médecin nutritionniste » ;
- (20.3) la définition de programmes d'éducation thérapeutique du patient dans les établissements de santé et dans les prises en charge ambulatoire ;
- (20.4) l'analyse des besoins de prise en charge des patients ayant une maladie nutritionnelle sévère et la proposition d'une organisation de l'offre.

*L'organisation au niveau territorial de la chaîne des soins en nutrition (voir plan obésité).*

#### 21. Mieux prendre en compte la dimension la nutrition en établissements par :

- (21.1) l'inscription dans le référentiel de certification des établissements d'un processus formalisé relatif à l'état nutritionnel (depuis le diagnostic jusqu'aux mesures correctives) ;
- (21.2) l'évaluation de l'impact des unités transversales de nutrition ;
- (21.3) la mise en place des indicateurs pour l'amélioration de la qualité et de la sécurité des soins (IPAQSS) nutrition (et leur extension sur l'hospitalisation à domicile).

## Mesure 2 • Prévenir et dépister la dénutrition

La sensibilisation de l'ensemble des professionnels de santé et des aidants à la question de la dénutrition (personnes âgées, personnes souffrant de pathologies, y compris les enfants, populations précaires...) est un objectif prioritaire. Ceci s'accompagne de la mise à disposition d'outils pertinents validés, et de la formalisation de mesures pour permettre une alimentation suffisante en quantité et qualité.

### ACTIONS

#### 22. Sensibiliser les professionnels de santé par :

- (22.1) l'actualisation de l'outil de formation dénutrition en ligne et la promotion de formations sur la dénutrition ;
- (22.2) la conception d'outils pratiques pour le repérage et la prise en charge de la dénutrition et l'analyse des modalités de leur mise à disposition.

#### 23. Améliorer la nutrition des personnes âgées par :

- (23.1) le développement des actions de communication, d'information à destination des familles, des aidants, des professionnels ;
- (23.2) la sensibilisation au dépistage et à la prise en charge de la dénutrition des résidents en EPHAD ;
- (23.3) la promotion de la santé bucco-dentaire des personnes âgées.

*L'élaboration de recommandations nutritionnelles pour le portage à domicile en lien avec le PNA (1.4.2.1).*

#### 24. Dépister la dénutrition en médecine ambulatoire par :

- (24.1) la promotion de l'utilisation du MNA (*Mini Nutritional Assessment*) dans sa forme courte auprès des médecins généralistes.

#### 25. Dépister la dénutrition chez les patients souffrant de pathologies chroniques et aiguës par :

- (25.1) le développement d'un guide pratique pour améliorer le renseignement et la traçabilité de l'évaluation nutritionnelle.

*La mise en place d'une surveillance de l'état nutritionnel et un suivi diététique (cf action 26.1).*



## Mesure 3 • Prendre en charge la dénutrition

Les conditions d'une prise en charge efficace de la dénutrition passent par des mesures générales pour faciliter sa prise en compte dans le système de santé ; les particularités des divers types de patients dénutris nécessitent des interventions spécifiques.

### ACTIONS

#### 26. Favoriser la prise en charge de la dénutrition chez les patients par :

- (26.1) l'élaboration de protocoles de prise en charge nutritionnelle spécifiques pour les patients reconnus comme dénutris ;
- (26.2) le développement de programmes d'éducation thérapeutique « dénutrition » dans le cadre ambulatoire ;
- (26.3) l'inclusion de la prise en charge nutritionnelle dans le plan personnalisé de soins des patients cancéreux ;
- (26.4) l'information et l'implication des patients et de leur entourage pour optimiser leur adhésion au traitement envisagé, en lien avec les associations de patients.

#### 27. Améliorer la prise en charge de la dénutrition chez les personnes âgées par :

- (27.1) le développement des formations : aidants familiaux, aidants et professionnels en contact des personnes âgées à domicile, personnels des SSIAD (Services de soins infirmiers à domicile) ;
- (27.2) l'étude de l'opportunité du développement de la prise en charge à domicile afin de limiter les recours au secteur hospitalier.

## Mesure 4 • Prévenir et prendre en charge les troubles nutritionnels des populations en situation de handicap

Les situations de grand handicap, d'origine mentale, neurologique, neuro-traumatologique ou traumatique, conduisent à une grande vulnérabilité nutritionnelle. La loi n° 2005-102 du 11 février 2005, sur le handicap affirme l'égalité des droits et des chances pour les personnes handicapées. Mais l'appauvrissement social et les inégalités qui résultent du handicap sont des facteurs de troubles nutritionnels (dénutrition ou surcharge pondérale), susceptibles d'aggraver le handicap mais également de retentir sur l'autonomie et la qualité de vie et d'augmenter la morbi-mortalité. Le dépistage, le traitement et la prévention des troubles nutritionnels des personnes handicapées sont des points majeurs de la prise en charge médico-sociale globale intégrée du handicap.

### ACTION

#### 28. Développer les actions de dépistage, prévention, surveillance de l'état nutritionnel pour les personnes en situation de handicap

28.1 Une analyse des besoins, des freins et difficultés spécifiques aux actions de dépistage et de prévention tenant compte des divers types de handicaps, et à une surveillance globale de l'état nutritionnel des personnes handicapées, en secteur médico-social et en ambulatoire. Des propositions d'actions adaptées issues de cette analyse seront développées.



## AXE 4 → Valoriser le PNNS comme référence pour les actions en nutrition ainsi que l'implication des parties prenantes

Les mesures prévues dans cet axe ont pour finalité de permettre l'atteinte de l'ensemble des objectifs nutritionnels et des objectifs relatifs aux maladies cardio-vasculaires et métaboliques, fixés par le **Haut conseil de santé publique** présentés dans les trois axes précédents (avril 2010).

Le PNNS propose un cadre d'intervention cohérent incitatif pour les multiples acteurs impliqués dans le domaine de la nutrition. Le champ couvert par le PNNS est très vaste. Afin de permettre aux acteurs de valoriser leurs actions propres, il est nécessaire d'assurer une visibilité et une promotion globale à ce programme.

Depuis son lancement, le PNNS a mis en place divers mécanismes, outils et procédures pour inciter les multiples acteurs à s'engager en matière de nutrition santé, dans le cadre de cohérence défini par les pouvoirs publics. Ces mécanismes doivent être promus.

De nombreuses entreprises et secteurs prennent des engagements de progrès nutritionnel pour les produits alimentaires qu'ils fabriquent et mettent en vente. Validés par une commission mise en place par les pouvoirs publics, ces engagements méritent une plus grande visibilité et une meilleure explication de leur intérêt (voir axe 1, action 8).

## Mesure 1 • Promouvoir le PNNS comme la référence en matière de « nutrition et santé »

Le PNNS met en place de nombreuses actions dans des champs différents. La complémentarité de ces interventions est indispensable à l'amélioration de la santé dans le domaine de la nutrition. Chacun doit pouvoir en suivre l'évolution.

### ACTION

#### 29. Mettre en place une stratégie de communication du PNNS par :

(29.1) la création d'un portail spécifique institutionnel d'information sur le PNNS, ses principes, ses actions, ses partenaires majeurs sources d'informations validées : [www.pnns.gouv.fr](http://www.pnns.gouv.fr) (pouvant renvoyer vers diverses sources validées) ;

(29.2) la promotion du site [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr) comme référence en matière d'information « nutrition et santé » sur Internet ;

(29.3) l'information régulière des médias, des professionnels concernés, des élus et du grand public sur les réalisations du PNNS ;

(29.4) le renforcement de la notoriété du logo PNNS et de ses déclinaisons ;

(29.5) la prise de parole dans des débats d'actualité pour faire valoir les messages du PNNS.

## Mesure 2 • Développer les chartes d'engagements des collectivités territoriales actives du PNNS

Au niveau décentralisé, l'engagement et l'appui politique sont essentiels afin d'assurer le développement et la pérennité des actions et programmes développés par les professionnels des collectivités territoriales et les milieux associatifs. C'est dans cette intention que des chartes sont proposées par le PNNS. Une coordination entre les divers partenaires institutionnels intervenant au sein des régions de France doit permettre d'assurer une synergie des actions et une recherche d'efficacité.

### ACTIONS

#### 30. Développer la charte « villes actives du PNNS » par :

(30.1) le développement de la coordination nationale des villes actives du PNNS, en renforçant le site [www.reseauvillesactivespnnns.fr](http://www.reseauvillesactivespnnns.fr) ;

(30.2) l'incitation des villes qui réalisent des actions nutrition à devenir « villes actives » du PNNS ;

(30.3) la mise en place de dynamiques entre villes actives du PNNS au niveau régional.

#### 31. Développer la charte « départements actifs du PNNS » par :

(31.1) le développement de liens entre départements actifs du PNNS et autres départements.

#### 32. Développer une charte « région active du PNNS » et la synergie d'interventions entre les diverses collectivités territoriales par :

(32.1) la création d'une charte en lien avec des élus et des représentants techniques des conseils régionaux ;

(32.2) la réalisation d'un cadre répondant à la diversité des situations régionales, visant à harmoniser et mettre en synergie les interventions des divers acteurs territoriaux.

### Mesure 3 • Développer les chartes d'engagements des entreprises au profit des salariés

Les salariés passent plusieurs heures par jour au sein de leur entreprise. Ils y prennent notamment leur repas et sont amenés à se déplacer pour s'y rendre. À cet égard, l'entreprise peut contribuer à la promotion d'une bonne nutrition.

#### ACTION

33. Développer la charte « entreprises actives du PNNS » par :

(33.1) la proposition d'une charte pour les entreprises de plus 50 salariés dans un premier temps, suivi de la constitution d'un comité chargé de suivre la mise en œuvre de cette charte ; en proposant le cas échéant son évolution ;

(33.2) la création d'une base de données recensant les actions menées dans les entreprises signataires de la charte qui sera développée et insérée dans le portail Internet du PNNS ;

(33.3) l'organisation, tous les deux ans d'un colloque national réunissant les représentants d'« entreprises actives » du PNNS afin de partager les meilleures pratiques.

## Mesure 4 • Faire connaître et valoriser les actions et documents validés par le PNNS

Une procédure d'attribution du logo du PNNS pour les actions, les outils, les documents produits par divers types d'acteurs (associatifs, économiques, collectivités territoriales...), a été mise en place dès 2004.

Valoriser et partager la richesse des expériences évaluées menées par les multiples intervenants dans le domaine nutritionnel s'imposent. Cela doit conduire, en envisageant les moyens d'accompagner l'appropriation de ces bonnes pratiques, à améliorer la qualité des interventions réalisées en direction des divers groupes de population.

### ACTIONS

#### 34. Réviser les conditions de l'attribution du logo du PNNS et encourager son attribution par :

(34.1) le développement d'une communication pour faire connaître et valoriser la procédure d'attribution auprès des acteurs susceptibles de solliciter le logo (en particulier les responsables associatifs), des financeurs d'actions nutrition (notamment ARS) et des utilisateurs possibles (notamment les enseignants) ;

(34.2) l'amélioration de la base de données disponible sur [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr), référençant les actions, outils, documents porteurs du logo, qui sera rendue plus fonctionnelle et mieux valorisée ;

(34.3) la révision du cahier des charges de l'attribution du logo PNNS ;

(34.4) la création à des fins promotionnelles d'une « bourse des outils et documents porteurs du logo PNNS ».

#### 35. Créer des événements locaux, régionaux et nationaux de valorisation des acteurs et des actions menées dans le cadre du PNNS par :

(35.1) l'évolution de la semaine « mouv'eat » préparée par des réunions au niveau interrégional vers une « semaine des collectivités territoriales pour la nutrition » permettant la valorisation des diverses collectivités territoriales « actives » du PNNS ;

(35.2) l'organisation, tous les deux ans, d'un colloque des « collectivités actives du PNNS », pour permettre un large échange de pratiques, sur la base des réalisations.

#### 36. Organiser la mutualisation des outils et pratiques validés du PNNS par :

(36.1) l'accompagnement de la diffusion ainsi que l'appropriation des programmes et des actions évalués, et jugés particulièrement positifs.





## Volet transversal

### VOLET TRANSVERSAL → Formation, surveillance, évaluation et recherche

Les mesures prévues dans cet axe ont pour finalité de permettre l'atteinte de l'ensemble des objectifs nutritionnels et des objectifs relatifs aux maladies cardio-vasculaires et métaboliques fixés, par **le Haut conseil de santé publique** présentés dans les trois premiers axes du plan (avril 2010).

La formation initiale et continue des professionnels dans le domaine « nutrition et santé publique », contribue au développement, au maintien et à la cohérence voulue par le PNNS.

La surveillance et l'évaluation sont des éléments fondamentaux pour l'orientation permanente des stratégies d'intervention, le renforcement de la pertinence et de l'efficacité des actions mises en place.

De nouvelles questions émergent, tant dans des domaines de biologie fondamentale que d'épidémiologie, de sciences humaines et sociales ou de recherche clinique. Le PNNS s'appuie sur la recherche pour orienter ses axes futurs.

## Mesure 1 • Contribuer à l'orientation de la formation en nutrition et santé publique

Il est indispensable d'assurer un niveau de compétences et d'actualiser les connaissances des professionnels intervenant dans le champ de la nutrition, dans une optique de santé publique.

Le champ concerne les formations initiales et les formations continues, qui doivent être cohérentes avec les objectifs et orientations du PNNS.

### ACTIONS

#### 37. Développer des formations en lien avec la mise en œuvre du PNNS par :

- (37.1) des formations/échanges sur la mise en œuvre du PNNS et les pratiques au niveau régional ;
- (37.2) la poursuite de la formation de formateurs labellisés PNNS ;
- (37.3) la mise en place de formations PNNS à destination des médias.

#### 38. Développer des outils de formation en nutrition par :

- (38.1) le développement d'un module en ligne sur le dépistage et la prise en charge de l'obésité pour les professionnels ;
- (38.2) la mise à disposition de modules de formation PNNS, selon des formats adaptés pour les enseignants, les assistantes maternelles, les salariés d'entreprises ;
- (38.3) la proposition de labellisation « PNNS » de modules de formation continue produits par divers organismes, ainsi que la promotion de ces modules ;
- (38.4) la poursuite de la collection « Les synthèses du PNNS » ;
- (38.5) la compilation actualisée des « Guides nutrition » pour les professionnels produits par l'INPES.

#### 39. Renforcer les formations initiales et continues des professionnels par :

- (39.1) la révision en vue d'une actualisation des contenus et modalités de formation initiale des médecins, pharmaciens, dentistes, sages-femmes, diététiciens et paramédicaux dans le domaine nutrition, en lien avec le collège des enseignants de nutrition ;
- (39.2) l'adaptation de la formation initiale des diététiciens, dans l'objectif d'une harmonisation avec les pratiques suivies dans l'Union européenne ;
- (39.3) la proposition d'évolution des cursus des professionnels de l'activité physique formés à l'université et du domaine social dans le champ de la nutrition santé ;
- (39.4) le soutien de la création d'un institut de formation cuisine-santé.

## Volet transversal

### Mesure 2 • Maintenir les outils nationaux de surveillance nutritionnelle et créer les outils nouveaux indispensables

La reconduction de diverses études nationales initiées à la fin des années 90 et durant les années 2000, permettra de disposer de données fiables d'évolution de la situation.

#### ACTIONS

##### 40. Mettre en œuvre les études en population par :

###### la mise en œuvre de grandes études nationales en population générale :

- (40.1) la seconde étude nationale nutrition santé (ENNS 2),
- (40.2) la troisième étude individuelle nationale de consommation alimentaire (INCA 3),
- (40.3) l'étude de l'excrétion de sodium urinaire en population générale,
- (40.4) la poursuite de la collecte d'informations disponibles dans les baromètres nutrition de l'INPES ;

###### la mise en œuvre d'études nationales en population particulière :

- (40.5) une seconde étude *Alimentation et état nutritionnel des bénéficiaires de l'aide alimentaire* (ABENA 2),
- (40.6) l'étude EPIFANE (*Épidémiologie en France de l'alimentation et de l'état nutritionnel des enfants*),
- (40.7) l'étude ANAIS (*Alimentation, état nutritionnel et santé mentale des personnes âgées en institutions*),
- (40.8) le recueil régional sur échantillon aux fins de surveillance de l'indice de masse corporelle des enfants de grande section de maternelle,
- (40.9) l'intégration d'indicateurs « PNNS compatibles » dans les études comprenant une composante nutrition-santé (activité physique comprise),
- (40.10) la prise en compte des inégalités sociales dans le recueil de données de surveillance.

##### 41. Assurer la surveillance de la qualité nutritionnelle des aliments par :

- (41.1) la poursuite des analyses menées par l'observatoire de la qualité de l'alimentation (OQALI) sur la qualité nutritionnelle des produits alimentaires, en lien avec le PNA ;
- (41.2) l'étude de l'impact direct des chartes d'engagements volontaires de progrès nutritionnels par l'OQALI.

### Mesure 3 • Clarifier les enjeux, les intérêts, les besoins, les méthodes de l'évaluation

L'évaluation des actions et des programmes au regard des objectifs fixés et des processus prévus est un facteur de progrès. Les conditions de sa mise en œuvre doivent être précisées pour améliorer sa qualité.

#### ACTION

42. Développer une méthodologie harmonisée pour l'évaluation des actions en nutrition par :

- (42.1) la mise en place d'un groupe de travail sur la question de l'évaluation des actions de nutrition et l'organisation d'un colloque national ;
- (42.2) la mise en ligne d'un document d'harmonisation des méthodes d'évaluation de projets nutrition ;
- (42.3) l'analyse de l'intérêt des cohortes nationales comme outil de surveillance nutritionnelle ;
- (42.4) le pré-test et l'évaluation des campagnes de prévention.

## Volet transversal

### Mesure 4 • Contribuer aux orientations de la recherche en nutrition et santé publique

La recherche en nutrition s'appuie sur les travaux de l'Agence nationale de la recherche, les PHRC, les instituts de recherche, les diverses fondations...

#### ACTION

#### 43. Promouvoir la recherche pluridisciplinaire en nutrition par :

(43.1) la formalisation de propositions aux organismes de recherche, en accord avec les orientations du PNNS, sur les déterminants biologiques, environnementaux, culturels, économiques et sociaux, relatives aux conséquences des pratiques et comportements sur l'état nutritionnel ainsi que l'évaluation de stratégies d'évaluation en population.

## Mesure 5 • Promouvoir l'expertise française au niveau européen et international

La France dispose de nombreux experts en nutrition. Leur présence dans les instances scientifiques et d'expertise internationale doit être promue et renforcée. Les échanges entre experts européens du champ de la nutrition doivent être favorisés.

### ACTION

44. Développer et valoriser les compétences françaises en nutrition au niveau international par :

- (44.1) la constitution d'une base de données des experts français du champ de la nutrition ;
- (44.2) la valorisation de cette base auprès des instances européennes et internationales.

## Volet transversal

### Mesure 6 • Évaluer le PNNS et le Plan Obésité

L'évaluation de l'atteinte des objectifs fixés, au niveau national, régional ou local, ainsi que l'évaluation des processus mis en œuvre, contribuent à améliorer qualitativement les interventions, à développer les méthodes les plus efficaces, à adapter les interventions, ainsi qu'à fixer des objectifs y compris quantitatifs qui soient pertinents et réalistes.

#### ACTION

45. Saisine de l'IGAS (à mi-parcours du PNNS et en fin de programme) et du HCSP (en fin de programme) pour l'évaluation du PNNS et du Plan Obésité (dont le volet recherche sera évalué par l'AERES).



### III. Documents à l'échelle nationale



# Annexe 1

## Les Chiffres Clés

### Prévalence du surpoids et de l'obésité chez l'enfant

Prévalence du surpoids et de l'obésité chez les enfants (3-17 ans) en France métropolitaine

- Surpoids: 14,3 %
- Obésité : 3,5 %

Source : ENNS, 2006-2007, données mesurées

ÉVOLUTION DE LA PRÉVALENCE DE SURPOIDS ET D'OBÉSITÉ CHEZ LES ENFANTS ET ADOLESCENTS  
DANS LES ANNÉES 2000 EN FRANCE MÉTROPOLITAINE (DIVERSES ÉTUDES)

	Surpoids		Obésité	
	Début	Fin	Début	Fin
<b>InVS-DESCO (7-9 ans) 2000-2007</b>	2000 : 14,3 %	2007 : 13 %	2000 : 3,8 %	2007 : 2,8 %
<b>INCA1-INCA2 (3-14 ans) 1998-2006</b>	1998 : 11,6 %	2006 : 11,6 %	1998 : 3,5 %	2006 : 2,9 %
<b>DREES (Grande section) 1999-2006</b>	1999 : 14,4 %	2006 : 12,1 %	1999 : 3,4 %	2006 : 3,1 %
<b>DREES (CM2) 2002-2005</b>	2002 : 15,8 %	2005 : 16 %	2002 : 4,1 %	2005 : 3,7 %

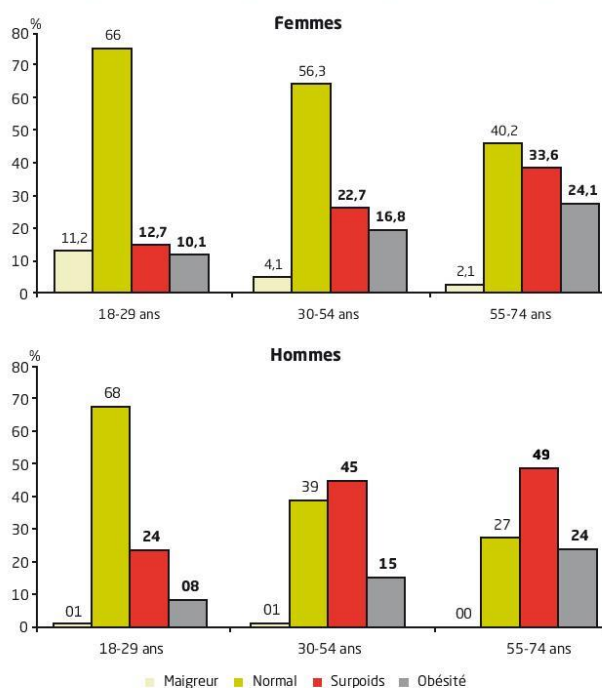
### Prévalence du surpoids et de l'obésité chez l'adulte

#### Prévalence du surpoids et de l'obésité chez l'adulte (18-74 ans) en France métropolitaine

- Surpoids : 41 % chez les hommes et 23,8 % chez les femmes
- Obésité : 16,1 % chez les hommes et 17,6 % chez les femmes

Source : ENNS, 2006-2007, données mesurées

DISTRIBUTION DES HOMMES ET DES FEMMES DE 18-74 ANS SELON LA CORPULENCE (IMC, RÉFÉRENCE OMS) ET SELON L'ÂGE (ÉTUDE ENNS 2006)



#### Prévalence d'obésité et surpoids (adultes) dans les collectivités d'outre-mer

	Surpoids		Obésité	
	Hommes	Femmes	Hommes	Femmes
<b>Mayotte (15 ans et +)</b> Source : Nutriway 2006	24,8 %	25,7 %	7,6 %	32,3 %
<b>Réunion (18 ans et +)</b> Source : Reconsal 2002	38 %	33 %	8 %	20 %
<b>Martinique (16 ans et +)</b> Source : Escal 2003-2004	38 %	29 %	14 %	26 %
<b>Guadeloupe (25-74 ans)</b> Source : Consant 2007	37 %	34 %	14 %	31 %

### Activité physique et sédentarité

#### Activité physique

- % de sujets adultes (18-74 ans) faisant par jour l'équivalent d'au moins 30 minutes **d'activité physique d'intensité au moins modérée (IPAQ) :**
  - Chez les hommes : 64 % dont 30 % d'activité physique élevée ;
  - Chez les femmes : 63 % dont 24 % d'activité physique élevée.
- % de sujets faisant par jour l'équivalent d'au moins 30 minutes **d'activité physique d'intensité au moins modérée (IPAQ, 11-14 ans) :**
  - Chez les garçons : 65 % dont 46 % d'activité physique élevée ;
  - Chez les filles : 55 % dont 30 % d'activité physique élevée.
- % de sujets faisant par jour l'équivalent d'au moins 30 minutes **d'activité physique d'intensité au moins modérée (IPAQ, 15-17 ans) :**
  - Chez les garçons : 78 % dont 42 % d'activité physique élevée ;
  - Chez les filles : 65 % dont 19 % d'activité physique élevée.

Source : ENNS, 2006-2007

#### Sédentarité

- **% de sujets passants plus de trois heures devant un écran** (télévision, ordinateur) par jour quel que soit le type de jour (travail ou repos) :
  - Chez les adultes (18-74 ans) :
    - Hommes : 59 %,
    - Femmes : 48 %,
  - Chez les enfants (3-17 ans) :
    - Garçons : 41 %,
    - Filles : 38 %.
- **Temps moyen journalier passé devant un écran** (télévision, ordinateur, jeux vidéo) :
  - Chez les adultes (18-74 ans) : 3h21
  - Chez les enfants :

Temps	3 heures	2 h 50	3 heures ou plus		
Sources	ENNS (3-17 ans) (2006-2007)	INCA2 (3-17 ans) (2006-2007)	DREES (Grande section) 2005-2006	DREES (CM2) 2007-2008	DREES (Classe de 3 <sup>e</sup> ) 2008-2009

Source : ENNS, 2006-2007

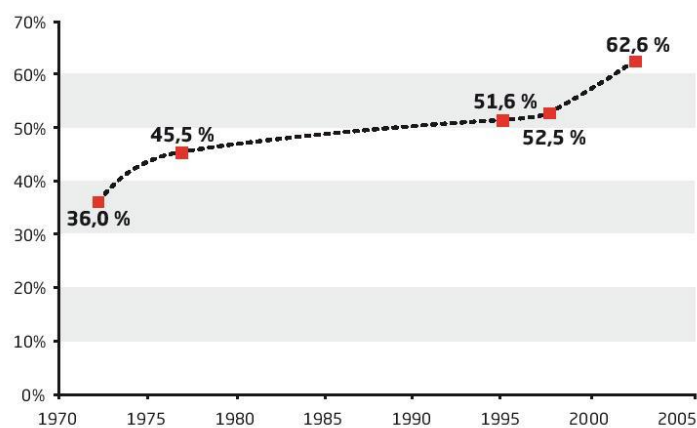
#### Allaitement

##### Prévalence de l'initiation de l'allaitement

- En 2003, la proportion d'enfants allaités en maternité est de 62,6 % dont 56,3 % allaités exclusivement et 6,3 % allaités partiellement.

Source : Enquêtes nationales périnatales (ENP)

ÉVOLUTION DE LA PRÉVALENCE DE L'INITIATION DE L'ALLAITEMENT (EXCLUSIF ET PARTIEL)  
EN MATERNITÉ EN FRANCE DE 1972 À 2003



##### Durée de l'allaitement

- En 1998, la durée médiane de l'allaitement est de 10 semaines.
- L'allaitement à l'âge de 4 mois est maintenu dans à peine 5 % des cas en France.

Source : Pr TURCK Dominique, *Propositions d'actions pour la promotion de l'allaitement maternel*, Juin 2010, 40 p.

#### Dénutrition

##### Prévalence de la dénutrition en établissements de court séjour

- Enfants : 20 %
- Adultes : 45 %
- Personnes âgées : 60 %

Source : Enquête AP-HP, Énergie 4+, 2003

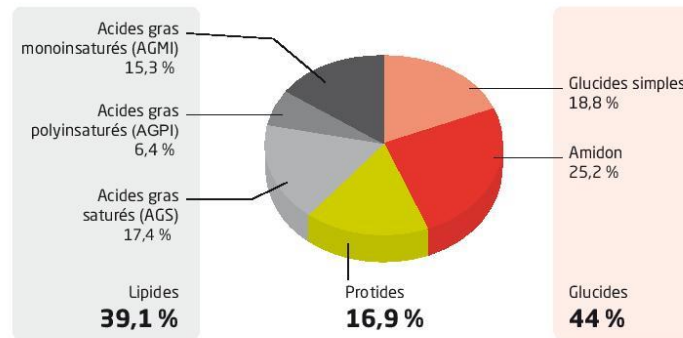
##### Prévalence de la dénutrition, du surpoids et de l'obésité en maison de retraite

- Dénutris : 45 %
- En surpoids : 13 %
- Obèses : 16 %

Source : J.-C. Desport, *et al.*, *Nutrition clinique et métabolisme*, mai 2010

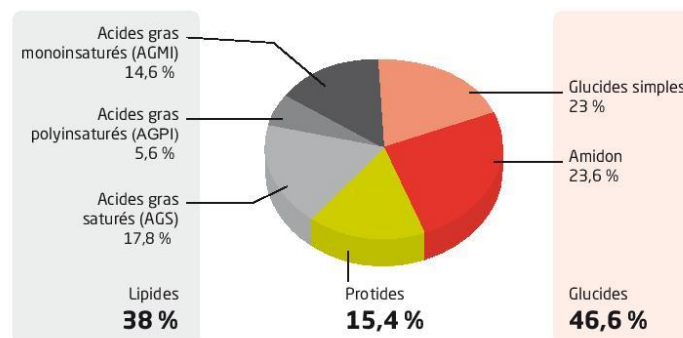
Consommations alimentaires

Répartition des apports énergétiques sans alcool par macronutriments chez les adultes (18-79 ans)



Source : INCA2, 2006-2007

Répartition des apports énergétiques sans alcool par macronutriments chez les enfants et adolescents (3-17 ans)



Source : INCA2, 2006-2007

#### Consommation journalière de sel (hors sel ajouté)

- Chez les adultes (18-79 ans) : 7,7 g
  - Hommes : 8,7 g - Femmes : 6,7 g

Source : INCA2, 2006-2007

- Chez les enfants et les adolescents (3-17 ans) : 5,4 g
  - Garçons : 5,8 g - Filles : 5 g

Source : INCA2, 2006-2007

#### Consommation journalière de fibres

- Chez les adultes (18-79 ans) : 17,5 g

Source : INCA2, 2006-2007

- Chez les enfants et les adolescents (3-17 ans) : 12,6 g

Source : INCA2, 2006-2007

#### Consommation journalière d'alcool

- Chez les adultes (18-79 ans) : 13 g

Source : INCA2, 2006-2007

#### Proportion ayant des apports en calcium alimentaire inférieure au besoin nutritionnel moyen (BNM)

- Adolescents (11-17 ans) : 68 %
- Femmes (18-29 ans) : 36 %
- Personnes âgées (+ 60 ans) : 50 %

Source : INCA2, 2006-2007

#### Anémie ferriprive (hémoglobine < 12 g/dl et ferritinémie < 15 mg/l)

- Adultes (18-74 ans) : 3,2 %
- Femmes en âge de procréer (15-49 ans) : 5,7 %

Source : ENNS, 2006-2007

#### Risque de déficit en folates (< 3 ng/l : 7 %)

- Femmes en âge de procréer (15-49 ans) : 7 %

Source : ENNS, 2006-2007

#### Vitamines D chez les adultes (18-74 ans)

- Déficience modérée (5 et 10 ng/ml) : 4,4%
- Risque de déficit (10 et 20 ng/ml) : 36,7 %

Source : ENNS, 2006-2007

Sujets adultes (18-74 ans) dont la consommation alimentaire correspond aux repères de consommation du PNNS (en %)

Groupe d'aliments	Repère	Indicateur	Femmes	Hommes	Adultes
Fruits et légumes	Au moins 5 par jour	% consommant au moins 5 portions par jour	43	43	43
Pain, céréales, pommes de terre, légumes secs	A chaque repas et selon l'appétit	% consommant de 3 à 6 portions par jour	38	60	49
Lait et produits laitiers	18-54 ans : 3 par jour	% de 18-54 ans consommant 2,5 à 3,5 portions par jour (et 2,5 à 4,5 chez les 55-74 ans)	27	31	29
	55 ans et + : 3 à 4 par jour				
Viandes, volailles, produits de la pêche, œufs	1 à 2 fois par jour	% consommant 1 à 2 portions par jour	54	51	52
	Poisson : au mois deux fois par semaine	% consommant au moins 2 portions de poisson par semaine	32	28	30
Matières grasses ajoutées	Limiter la consommation	% consommant moins de 16 % de l'apport énergétique sans alcool en matières grasses ajoutées	89	93	91
	Privilégier les matières grasses végétales	Part moyenne des matières grasses ajoutées d'origine végétale	55	50	53
Produits sucrés	Limiter la consommation	% consommant moins de 12,5 % de l'apport énergétique sans alcool en glucides simples totaux issus des produits sucrés	74	73	74
Boissons	De l'eau à volonté Limiter les boissons sucrées	% sujets consommant plus de 1l d'eau (y compris café, thé...) et moins de 250 ml de boissons sucrées	72	67	69
	Ne pas dépasser 2 verres d'alcool par jour pour les femmes et 3 pour les hommes	% femmes consommant moins de 20 g d'alcool par jour et % d'hommes consommant moins de 30 g d'alcool par jour	91	77	83
Sel	Limiter la consommation	% consommant moins de 8 g de sel par jour	74	34	54

Source : ENNS, 2006-2007



### III. Documents à l'échelle nationale

Sujets enfants (3-18 ans) dont la consommation alimentaire correspond aux repères de consommation du PNNS (en %)

Groupe d'aliments	Repère	Indicateur	Filles	Garçons	Enfants
Fruits et légumes	Au moins 5 par jour	% consommant au moins 5 portions par jour	19	20	20
Pain, céréales, pommes de terre, légumes secs	A chaque repas et selon l'appétit	% consommant de 3 à 6 portions par jour	28	38	33
Lait et produits laitiers	3 par jour	% de 18-54 ans consommant 2,5 à 3,5 portions par jour (et 2,5 à 4,5 chez les 55-74 ans)	40	45	43
Viandes, volailles, produits de la pêche, œufs	1 à 2 fois par jour	% consommant 1 à 2 portions par jour	45	49	47
	Poisson : au mois deux fois par semaine	% consommant au moins 2 portions de poisson par semaine	26	30	28
Matières grasses ajoutées	Limiter la consommation	% consommant moins de 16 % de l'apport énergétique sans alcool en matières grasses ajoutées	97	97	97
	Privilégier les matières grasses végétales	Part moyenne des matières grasses ajoutées d'origine végétale	42	44	43
Produits sucrés	Limiter la consommation	% consommant moins de 12,5 % de l'apport énergétique sans alcool en glucides simples totaux issus des produits sucrés	47	43	45
Boissons	De l'eau à volonté Limiter les boissons sucrées	% sujets consommant plus de 1l d'eau (y compris café, thé...) et moins de 250 ml de boissons sucrées	24	24	24
Sel	Limiter la consommation	% consommant moins de 8 g de sel par jour	82	72	77

Source : ENNS, 2006-2007

#### État de la consommation alimentaire chez les adultes (18-79 ans) en 2007

- Un adulte consomme en moyenne quotidiennement 2 744 g d'aliments et boissons : 2 582 g pour une femme ; 2 922 g pour un homme.
- Les ultra-frais laitiers, les poissons et les fruits sont davantage consommés par les femmes.
- Les aliments transformés sont plutôt consommés par les 18-34 ans et les aliments bruts et traditionnels par les 55-79 ans.
- Les produits de la mer, les fruits, les légumes, les pâtisseries et gâteaux sont davantage consommés par les personnes ayant un niveau d'études élevé.
- Les huiles et les légumes sont préférentiellement consommés dans le Sud ; le beurre, les pommes de terre et les aliments sucrés dans le Nord ; les laits et ultra-frais laitiers dans l'Ouest ; les fromages dans l'Est.
- Les fruits, les légumes, les glaces sont davantage consommés en été ; les plats composés, les soupes, les légumes secs plutôt en hiver.
- Les céréales de petit-déjeuner, les laits, les produits sucrés sont plutôt consommés au petit-déjeuner ; les charcuteries, les tartes salées et pizzas plutôt au dîner.
- Les produits sucrés, les boissons alcoolisées, les crustacés et mollusques sont plus consommés le week-end et en dehors du domicile.

Source : INCA2, 2006-2007

#### Évolution de la consommation alimentaire chez les adultes (18-79 ans) entre 1999 et 2007

- Augmentation des consommations de fruits et légumes, de pâtes et de riz, de glace et de chocolat.
- Diminution des consommations des laits, des fromages, des viandes, des gâteaux et des biscuits sucrés.

Source : INCA2, 2006-2007

#### État de la consommation alimentaire chez les enfants et adolescents (3-17 ans) en 2007

- Un enfant consomme en moyenne quotidiennement 1 760 g d'aliments et boissons : 1 650 g pour une fille ; 1 863 g pour un garçon.
- Les produits céréaliers, les féculents, les produits animaux sont davantage consommés par les garçons.
- Hormis les laits, les ultra-frais laitiers et les compotes et fruits cuits, les consommations des groupes d'aliments augmentent avec l'âge des enfants.
- Les fruits, les légumes, les compotes, les huiles, les ultra-frais laitiers, les fromages, l'eau, les pâtisseries et gâteaux sont davantage consommés par les enfants dont le représentant à un niveau d'études élevé.
- Les huiles, les fruits et légumes, les viandes et volailles et l'eau sont plus consommés dans le Sud ; les pâtisseries et gâteaux, les boissons chaudes, les boissons fraîches sans alcool dans le Nord.
- Les fruits, les légumes, les glaces et l'eau sont davantage consommés en été ; les plats composés, les soupes, les légumes secs, les pâtisseries et gâteaux en hiver.
- Les céréales de petit-déjeuner, les laits, les produits sucrés sont plutôt consommés au petit-déjeuner ; les viennoiseries, les biscuits, les pâtisseries et gâteaux, le chocolat au goûter ; les charcuteries, les tartes salées et pizzas plutôt au dîner.
- Les glaces, les viennoiseries, les biscuits, les boissons rafraîchissantes sans alcool, les sandwiches sont davantage consommés en dehors du domicile.

Source : INCA2, 2006-2007

#### Évolution de la consommation alimentaire chez les enfants et adolescents (3-17 ans) entre 1999 et 2007

- Forte augmentation des consommations de compotes
- Stabilisation des consommations de fruits et légumes
- Diminution des consommations de pain, de pommes de terre, de laits, de viandes et volailles, et de produits sucrés chez les enfants de 3-14 ans
- Diminution de la consommation de viandes et volailles chez les 15-17 ans

Source : INCA2, 2006-2007

#### Pathologies liées à la nutrition

##### Causes de morbidité

- 1<sup>re</sup> cause de morbidité
  - Chez les hommes : cancer (33 % des décès)
  - Chez les femmes : maladies de l'appareil circulatoire (31 % des décès)
- 2<sup>e</sup> cause de morbidité
  - Chez les hommes : maladies de l'appareil circulatoire (26 % des décès)
  - Chez les femmes : cancer (23 % des décès)

Source : *La situation du cancer en France en 2010*, Collection Rapports & synthèses, ouvrage collectif édité par l'INCa, Boulogne-Billancourt, novembre 2010, 288 p.

##### Diminution de la mortalité

###### • Par cancer entre 1980 et 2005

- Chez les hommes : - 1.1 %
- Chez les femmes : - 0,9 %

Source : *La situation du cancer en France en 2010*, Collection Rapports & synthèses, ouvrage collectif édité par l'INCa, Boulogne-Billancourt, novembre 2010.

###### • Par maladies cardio-vasculaires entre 1990 et 2005 : - 35 %

Source : Haut conseil de la santé publique, *Objectifs de santé publique, évaluation des objectifs de la loi du 9 août 2004*, propositions, collection Avis et rapports, avril 2010, 284 p.

#### Cancers en 2010

- **Incidence : 357 500 nouveaux cas (203 000 chez l'homme et 154 500 chez la femme)**
- **Augmentation annuelle du taux d'incidence des cancers**
  - Chez les hommes : + 1,2 %
  - Chez les femmes : + 1,4 %
- **Nombre de décès : 146 500**
- **Les trois cancers les plus fréquents et nombre de nouveaux cas**
  - Chez les hommes :
    - Prostate : 71 500
    - Poumon : 27 000
    - Colorectal : 21 000
  - Chez les femmes :
    - Sein : 52 500
    - Colorectal : 19 000
    - Poumon : 10 000

Source : *La situation du cancer en France en 2010*, Collection Rapports & synthèses, ouvrage collectif édité par l'INCa, Boulogne-Billancourt, novembre 2010, 288 p.

#### Maladies cardio-vasculaires et facteurs de risques

- **Nombre de décès : 145 250** dont
  - 38 011 par cardiopathie ischémique (27 % des décès cardio-vasculaires)
  - 32 186 par maladie cérébro-vasculaire (22 % des décès cardio-vasculaires)

Source : Centre d'épidémiologie sur les causes médicales de décès (Cépidc), données 2006-2008

Facteurs de risques nutritionnels de maladies cardio-vasculaires

	Définitions	Adultes (source ENNS, 2006)
<b>Hypertension artérielle</b>	Pression artérielle systolique $\geq$ 140 mmHg et/ou Pression artérielle diastolique $\geq$ 90 mmHg et/ou traitement par médicaments agissant sur la pression artérielle	<b>31%</b> Hommes : 34,1 % Femmes : 27,8 %  dont <b>15,7 %</b> personnes traitées
<b>Dyslipidémie</b>	Triglycéridémie $\geq$ 1,7 mmol/l et/ou LDLémie $\geq$ 4,1 mmol/l et/ou HDLémie $\geq$ 1,0 mmol/l et/ou traitement par médicaments hypolipémiants	<b>43,9%</b>  dont <b>12,5 %</b> personnes traitées
<b>Hyperglycémie à jeun</b>	Glycémie à jeun $\geq$ 7,0 mmol/l et/ou traitement par médicaments antidiabétiques oraux	<b>4,7%</b>  dont <b>15,7 %</b> personnes traitées

Source : ENNS, 2006-2007

- **Hypercholestérolémie de type hyperLDLémie (LDL  $\geq$  4,1 mmol/l) : 36,5 %**

Source : MONICA, 2007

Diabète

- **Prévalence du diabète traité pharmacologiquement en France (2007) : 3,95 %**  
soit 2,5 millions de personnes diabétiques traitées, dont 600 000 traitées par insuline
- **Taux de prévalence par classe d'âge**
  - 0-44 ans : 0,4 %
  - 45-64 ans : 5,8 %
  - 65-74 ans : 13,3 %
  - 75 ans et plus : 13,4 %
- **Prévalences les plus fortes dans les régions d'outre-mer :**
  - La Réunion : 7,8 %
  - Guadeloupe : 7,3 %
  - Martinique : 6,8 %

Source : Kusnik-Joinville O., Weill A., Ricordeau Ph., *et al.* « Diabète traité en France en 2007 : un taux de prévalence proche de 4 % et des disparités géographiques croissantes », *InVS, BEH*, n° 43, 12 novembre 2008, p. 408-413.

## Annexe 2

### Évolution de la notoriété des outils et des messages nutritionnels du PNNS

	2005	2009
Logo PNNS	19%	25%
Au moins un des guides nutrition	17%	24%
Site mangerbouger.fr	13%**	62%



\*\* en 2006



### Évolution du niveau de citation des repères entre 2006 et 2009

Repères PNNS	Niveau de citation	
	En 2006	En 2009
30 minutes ou plus d'activité physique par jour	91%	91%
1 à 2 fois par jour viandes, poissons ou œufs	71%	66%
au moins 5 fruits et légumes par jour	47%	75%
3 produits laitiers par jour	29%	40%
3 féculents par jour	12%	19%

Source : Étude régulière menée depuis 2005 pour mesurer l'évolution de la notoriété de différents indicateurs (le logo PNNS, les guides nutrition, le site internet mangerbouger.fr et les repères nutritionnels du PNNS), enquête quantitative par quotas, en face à face auprès d'échantillons représentatifs de la population âgée de 15 ans et + (1000 < n < 2000), INPES.

### III. Documents à l'échelle nationale

© Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Santé  
Conception : Paragramme - Réalisation : Studio des Plantes  
Juillet 2011

Plus d'informations :  
[www.sante.gouv.fr](http://www.sante.gouv.fr)



III.2. Guide Recommandations sur l'alimentation et  
l'activité physique pour les enfants et les adolescents  
INPES



RECOMMANDATIONS SUR L'ALIMENTATION  
ET L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

POUR LES ENFANTS

ET LES ADOLESCENTS

## COMMENT ORGANISER

### LES REPAS DE LA JOURNÉE ?

Le rythme des repas répond à nos besoins biologiques, mais aussi à nos habitudes sociales et culturelles. En France, la vie familiale et scolaire entraîne une organisation en trois repas par jour chez les adultes, auxquels s'ajoute le goûter chez les enfants et les adolescents. Cependant, d'autres organisations sont possibles, comme elles existent dans certaines régions du monde.

**L'ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE** ne se fait pas sur un seul repas, mais sur la journée et même éventuellement sur plusieurs jours. L'important est de suivre les repères de consommation.



### LE PETIT DÉJEUNER : UN REPAS DE ROI !

C'est un repas important. Il est important que votre enfant prenne un petit déjeuner le matin, pour lui fournir l'énergie nécessaire pour la journée.

**Au mieux, un petit déjeuner se compose :**

- d'un produit céréalier, sous forme de tartines (en proposant aussi du pain complet et du pain bis), avec une fine couche de beurre, de confiture, de miel ou un peu de pâte à tartiner chocolatée. éventuellement des céréales de petit déjeuner, mais non fourrées et en privilégiant les plus simples, moins sucrées ;
- éventuellement d'un fruit ou d'un fruit pressé ou d'un demi-verre de jus de fruits sans sucres ajoutés. Sans oublier de l'eau, si l'enfant a soif ;
- d'un produit laitier, comme du lait (chaud ou froid, nature ou aromatisé avec de la poudre de cacao), un yaourt ou du fromage blanc...



## LES REPAS DE MIDI ET DU SOIR

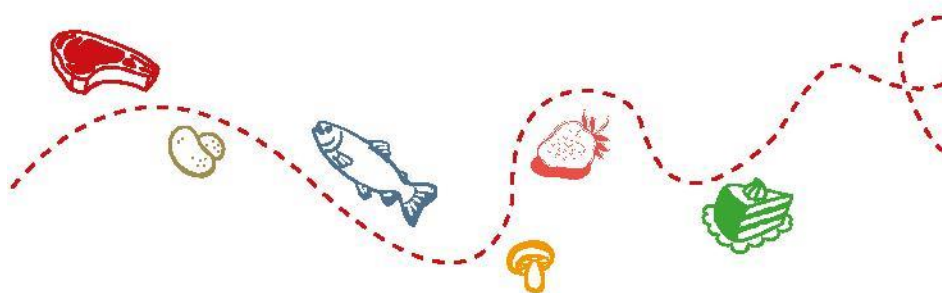
Le déjeuner et le dîner peuvent avoir la même structure :

- 1 portion de légumes : en crudités et/ou en accompagnement du plat principal ;
- 1 ou 2 fois par jour, de la viande, du poisson ou de l'œuf (la portion recommandée peut être répartie sur 1 ou 2 repas) ;
- des féculents : pain complet, riz, pommes de terre, pâtes, lentilles ;
- 1 portion de produit laitier : fromage, yaourt, fromage blanc ;
- 1 fruit en dessert : cru, en compote ;
- eau volontaire : c'est la boisson incontournable à table !



## UN GOÛTER ET... UN SEUL !

Le goûter de l'après-midi, pris une heure régulière (pas trop proche de celle du dîner), est important pour les enfants. Il peut se composer d'un ou de deux aliments parmi les groupes suivants : fruits, lait, produits laitiers et produits céréaliers.



## LES REPAS POUR LES ENFANTS

L'enfance est la bonne période pour apprendre le plaisir de manger au quotidien et donner le goût de l'activité physique.



### LES FÉCULENTS

On classe dans cette famille :

- le pain et les autres aliments céréaliers : riz, semoule, blé entier ou concassé, pâtes, maïs, céréales du petit déjeuner... ;
- les légumineuses secs : pois chiches, lentilles, haricots blancs ou rouges, flageolets, fèves... ;
- les pommes de terre, le manioc et son dérivé, le tapioca.

#### EN VERSION COMPLÈTE, C'EST ENCORE MIEUX !

Les féculents, base de céréales complètes, sont encore plus intéressants pour la santé : les céréales complètes sont plus riches en de nombreux nutriments (fibres, vitamines...).

#### • Importants pour éviter le grignotage

Les glucides complexes apportés par les féculents fournissent une énergie que le corps est capable d'utiliser progressivement (contrairement aux glucides simples des aliments sucrés). Ils permettent ainsi de «tenir» entre les repas et d'éviter le grignotage tout moment de la journée.

#### • Comment les consommer ?

En entrée, en accompagnement (associés des légumes par exemple), en dessert, ou sous forme de pain.

#### LES FÉCULENTS NE FONT PAS GROSSIR, MAIS ATTENTION CE QUE L'ON MET AVEC...

Lors de la cuisson ou au moment du repas, l'ajout de sauces, de matières grasses ou de fromages est modérer. Pourquoi ne pas relever les féculents de feuilles de basilic ou d'une sauce tomate maison ?



## LES FRUITS ET LÉGUMES

**Au moins 5 portions par jour, par exemple :**  
**3 portions de fruits et 2 de légumes ou**  
**4 de légumes et une de fruit...**

Riches en vitamines, en minéraux et en fibres, leur effet favorable sur la santé a été démontré. Ils ont un rôle protecteur vis-à-vis de maladies apparaissant à l'âge adulte, comme les cancers, les maladies cardiovasculaires, le diabète...

Et surtout, ils offrent une incroyable variété de saveurs, tout ce qu'il faut pour conjuguer santé et plaisir.

### UNE PORTION, C'EST QUOI ?

- 1 tomate de taille moyenne,
- 1 poignée de tomates cerises,
- 1 poignée de haricots verts,
- 1 bol de soupe,
- 1 pomme,
- 2 abricots,
- 4-5 fraises,
- 1 banane... (soit environ 80-100 g).

**Pour les soupes de légumes minces, les salades composées, les salades de fruits :** un bol ou une assiette compte pour une seule portion, quel que soit le nombre de légumes ou de fruits entrant dans la composition du plat.

- **On peut les consommer sous toutes leurs formes :** surgelés, frais, en conserve, cuits ou crus, en compotes (de préférence « sans sucres ajoutés »), en soupes... et aussi pressés.
- **L'idéal est d'alterner entre fruits et légumes,** d'en diversifier les variétés et de les intégrer le plus souvent possible dans des recettes : gratins, tartes salées ou sucrées. Sans oublier que les fruits et légumes de saison sont souvent moins chers et plus savoureux !

### ATTENTION AUX FAUX AMIS !

Les jus de fruits qui ne portent pas la dénomination « pur jus » ou qui ne sont pas élaborés à partir de fruits pressés ne peuvent pas compter comme une portion de fruits. Il en est de même pour les boissons aromatisées aux fruits, les sodas ou les nectars de fruits, qui apportent souvent beaucoup de sucre et peu de fibres. Et même « pur jus » ou pressé, un jus ne peut remplacer de façon systématique les fruits entiers qui restent essentiels pour la mastication, l'apport en fibres et l'effet de satiété. Un yaourt aux fruits ou un biscuit aux fruits ne compte pas pour une portion de fruits ! Il n'y a que très peu de fruits dans leur composition.



## LES PRODUITS LAITIERS

Les produits laitiers sont le lait et ses dérivés : yaourt, fromage blanc, fromage.

### Pourquoi sont-ils importants ?

Ils apportent le calcium nécessaire à la croissance des enfants et à la solidité de leurs os. Ils sont source également de protéines, utiles elles aussi à la solidité des os, mais surtout des muscles.

**Essentielle aussi :** la vitamine D ! Elle permet au corps d'utiliser le calcium fourni par l'alimentation. Elle est principalement fabriquée par la peau sous l'action des rayons du soleil. Pour en profiter, il suffit que l'enfant joue régulièrement en plein air.

### Lait entier ou crémé ?

Crémé ou entier, le lait apporte la même quantité de calcium. Seule la quantité de matière grasse diffère. Le lait demi-crémé offre un bon compromis. Il convient parfaitement aux enfants à partir de 3 ans.

### UNE PORTION, C'EST QUOI ?

On considère qu'une portion de produit laitier pour un enfant entre 3 et 11 ans correspond à un verre moyen de lait (ou un petit bol), un yaourt nature, 20 g d'emmental, 3 petits-suisseurs, 50 g de camembert (soit 1/5<sup>e</sup> de camembert)...

### ATTENTION AUX FAUX AMIS !

Les préparations au soja ne contiennent pas ou peu de calcium et ne peuvent pas remplacer les produits laitiers.  
Les glaces et les crèmes desserts ne font pas partie des produits laitiers : ce sont des produits sucrés. La crème et le beurre non plus : ce sont des matières grasses.



## LES VIANDES, POISSONS, ŒUFS

Ils apportent des protéines, notamment celles nécessaires aux muscles.

### Comment les consommer ?

Au déjeuner ou au dîner, en quantité inférieure à celle de l'accompagnement (féculents et légumes). Pour un enfant de 4-5 ans, une portion de 50 g par jour de viande ou de poisson suffit, ce qui équivaut à un œuf,

une tranche fine de jambon blanc ou une tranche de blanc de poulet. Pour un enfant de 12 ans ou un adolescent, la portion est doublée, soit 100 g de viande ou de poisson par jour (ou 2 œufs).

**Que choisir ?**

**Pour la viande :** privilégier les viandes les moins grasses ou les morceaux les moins gras : poulet sans la peau, escalope de volaille, filet maigre de porc, steak haché 5% de matières grasses, jambon blanc... Limiter les charcuteries très riches en graisses et en sel.

**Pour le poisson :** leurs matières grasses ont des effets protecteurs sur la santé (celles des poissons gras notamment). Essayer d'en proposer deux fois par semaine en variant les poissons et leur mode de cuisson : papillote, vapeur, poêle, etc. Les filets de poissons surgelés naturels sont faciles et rapides à cuisiner : à l'eau ou au micro-ondes... et n'ont aucune arête ! Les sardines et les maquereaux en conserve ont un faible prix et sont tout aussi intéressants.

**LES POISSONS PANÉS**

Ils constituent, certes, un moyen de faire manger du poisson aux enfants, mais ils sont bien plus gras que le poisson nature et donc plutôt à réserver aux « dîners » de dernière minute...



**LES MATIÈRES GRASSES**

Elles sont indispensables au fonctionnement de l'organisme car elles participent à la fabrication de ses cellules, mais sont aussi très caloriques : mieux vaut les utiliser avec modération.

**Comment les consommer ?**

- En privilégiant les matières grasses végétales : huiles de colza ou d'olive notamment, margarine... Leurs acides gras sont de meilleure qualité.



- La crème fraîche peut accommoder légumes et féculents de temps en temps... Mais en faible quantité ou en version légère.
- Le beurre, une noisette sur une tranche de pain au petit déjeuner ou quelquefois dans les légumes.
- Limiter l'ajout de matières grasses pour la cuisson et l'assaisonnement.

LES PLATS PRÉPARÉS INDUSTRIELS SONT PARFOIS TRÈS RICHES EN GRAISSES.

à limiter

## LES PRODUITS SUCRÉS



**Consommés en excès, les produits sucrés - comme le sucre, les boissons sucrées, les confiseries, les biscuits et les viennoiseries, les crèmes desserts, etc. - favorisent la prise de poids.**

Ils peuvent également entraîner la formation de caries dentaires, en l'absence d'un brossage des dents régulier. Enfants et adolescents peuvent cependant en manger pour le plaisir, mais de temps en temps et en quantité raisonnable.

Pour en limiter la consommation, on peut habituer l'enfant à ne pas mettre trop de sucre dans ses yaourts, privilégier les fruits frais comme dessert et garder viennoiseries et bonbons pour des occasions exceptionnelles.

Pour le goûter (recommandé chez les enfants), privilégier le pain avec du chocolat, de la confiture, du fromage, de la compote, des fruits frais...

LIMITER, VOIRE VITER, LES SODAS ET LES BOISSONS SUCRÉES.  
Mieux vaut ne pas les laisser à disposition et éviter qu'ils accompagnent les repas.



**Environ 80 % du sel consommé vient des aliments eux-mêmes, les 20 % restants proviennent du sel ajouté lors de la cuisson ou dans l'assiette. Pour éviter de donner aux enfants l'habitude de manger trop salé, on peut :**

- limiter l'achat d'aliments riches en sel : plats préparés, charcuteries, biscuits apéritifs, snacks ;
- saler légèrement l'eau de cuisson et relever les plats en leur donnant du goût avec des épices et/ou des herbes aromatiques fraîches, déshydratées ou surgelées (persil, basilic, coriandre...) ;
- éviter la salière sur la table ;
- demander aux enfants de goûter le contenu de leur assiette avant de saler.



L'eau est la seule boisson recommandée, volontairement au cours et en dehors des repas, ainsi qu'avant, pendant et après un effort physique. On peut donner un peu de fantaisie au verre d'eau d'un enfant en le décorant d'une rondelle d'orange ou d'une feuille de menthe. Et avec une paille, un verre d'eau devient plus attrayant ! On peut aussi proposer de l'eau gazeuse.

**Et les autres boissons ?**

Les boissons sucrées (sirops, sodas, boissons à base de jus de fruits, nectars...) sont à consommer de façon occasionnelle, car elles contiennent beaucoup de sucre, apportent des calories et ne calment pas la soif. Mieux vaut ne pas en donner aux repas et éviter de prendre l'habitude du sirop dans le verre d'eau.

**UN REPÈRE CLÉ**

**BOUGER AU MOINS 60 MINUTES PAR JOUR**

**Bouger est aussi important qu'avoir une alimentation équilibrée.**  
L'activité physique est essentielle pour la santé et le bien-être des jeunes.

**Bouger dès le plus jeune âge** permet aussi de prendre de bonnes habitudes pour plus tard.

**Pour les enfants, il est recommandé de faire au moins l'équivalent d'une heure de marche rapide chaque jour.**  
Ce repère permet d'avoir une idée du temps consacrer à une activité physique journalière. L'activité physique comprend tous les mouvements de la vie quotidienne. Il peut s'agir de la marche ou du vélo pour se rendre à l'école, de la piscine, des jeux de plein air ou du sport.

**Prendre du plaisir à pratiquer un sport.**  
Chacun de définir ses attentes pour choisir ce qui lui correspond le mieux, que ce soit pour l'ambiance d'équipe (rugby, football, basket-ball...), pour améliorer ses capacités (athlétisme, cyclisme, natation, escalade...), pour se mesurer à un adversaire (escrime, karaté, judo, tennis...), ou pour allier discipline sportive et artistique (danse, gymnastique).

**GARE À LA SÉDENTARITÉ !**  
Pour garder la forme, il est important de limiter la sédentarité, en veillant notamment à ne pas passer trop de temps devant les écrans (TV, ordinateur, tablette). Pourquoi ne pas profiter des beaux jours pour sortir jouer avec les copains, ou aller se balader en famille ?

## FOCUS SUR LES ADOLESCENTS



**Le fast-food, de temps en temps, c'est pratique. Voici quelques règles simples à suivre pour manger équilibré :**

- pour le soda, opter pour une petite portion, une version light ou, mieux encore, pour de l'eau (au verre, c'est gratuit) ou pour un jus de fruits ;
- remplacer parfois le menu avec frites par une salade ;
- préférer le ketchup, la moutarde ou la sauce barbecue à la mayonnaise, plus grasse ;
- compléter le menu avec des fruits en dessert.

### PLUTÔT SANDWICH ?

**On peut alors opter pour un sandwich fait maison avec :**

- du pain complet ou aux céréales ;
- des légumes (laitue, rondelles de concombre et de tomates...) ;
- de la viande (mince de blanc de poulet, tranche de jambon blanc ou de rôtie de veau...) ou du poisson (btonnets de surimi, miettes de thon ou de saumon...) ou des rondelles d'œufs durs.



### POUR UN REPAS...

**Ce sandwich** assaisonné d'un filet de vinaigrette, et complété d'un yaourt, d'une compote ou d'une pomme, pourra constituer un repas tout fait équilibré. Sans oublier une petite bouteille d'eau.

## LES RECOMMANDATIONS CHEZ LES ENFANTS

La période 3-11 ans est une phase de croissance et d'apprentissage intense. Cette étape où se fixent des repères qui resteront à l'âge adulte est le bon moment pour leur apprendre le plaisir de manger au quotidien et leur donner goût à l'activité physique.



## À L'ADOLESCENCE

Les recommandations restent identiques à celles pour les enfants, mais elles prennent place dans cette période de désir d'indépendance et de grands changements dans la vie sociale (rythme et type des repas, activités extra-scolaires sportives, culturelles...).

250-106914-B



### III. Documents à l'échelle nationale

#### III.3. Compte-rendu d'un clip promotionnel du PNNS

## Plan séquence « Vos questions nutrition », spot télévisé de l'NPES, 2007

Dialogues	Plans
<i>Musique</i>	Jingle de début : montage de vidéos de la journaliste et du chef cuisinier et de mains portant des tomates cerises bol. Présentation: « Christelle Ballestrero/ journaliste nutrition Eric Guerin/ chef cuisinier »
	Titre du clip en gras : « <b>vos questions nutrition</b> »
<i>Homme à la télévision</i> : On nous dit de manger au moins 5 fruits et légumes par jour mais concrètement, ça veut dire quoi ? Combien de fruits, combien de légumes ?	Plan sur la télévision et un homme qui y pose la question dans une rue. La télévision est posée sur une table sur laquelle sont disposés des fruits et des légumes (pommes, oranges, bananes, ananas, raisins, carottes, poivrons)
<i>Présentatrice</i> : c'est vrai que ce n'est pas très clair !	plan rapproché sur la présentatrice, s'adressant à des personnes à l'autre bout d'une salle
<i>Arthur</i> : Ben, c'est pas compliqué, c'est au moins 5 fruits et au moins 5 légumes par jour !	plan sur Arthur et la présentatrice, debout dans une cuisiner
<i>Journaliste nutrition</i> : (rires) Mais non Arthur c'est au moins 5 au total. Tout en essayant de les varier je sais pas par exemple 3 fruits et 2 légumes.	plan sur la journaliste et le chef cuisinier, dans la cuisine, en train de découper des fruits
<i>Chef cuisinier</i> : ou 4 fruits et 1 légume.	plan sur le chef cuisinier prenant une courgette
<i>Présentatrice</i> : C'est mieux mais ça ne reste pas facile tous les jours.	plan sur la présentatrice
<i>Journaliste nutrition</i> : Mais si il suffit d'y penser à chaque repas ! Et puis pourquoi pas en cas de petit creux par exemple.	plan rapproché sur la journaliste
	plan rapproché sur Arthur

### III. Documents à l'échelle nationale

<p><i>Arthur</i> : Au fait une question. 5 fraises ça fait 5 fruits ?</p>	<p>plan rapproché sur la journaliste. Elle distingue les mots et joint les mains qu'elles bougent en rythme avec la phrase</p>
<p><i>Journaliste nutrition</i> : Non. (rires) Alors ce qu'il faut que tu retiennes Arthur c'est la notion de portion.</p>	<p>plan rapproché sur Arthur</p>
<p><i>Arthur</i> : De quoi ?</p>	<p>plan rapproché sur le chef cuisinier. Puis plan rapproché sur une assiette avec une grappe de raisins et une tranche de pastèque et les mains du chef cuisinier</p>
<p><i>Chef cuisinier</i> : De portion. De quantité de produits. Tu vois c'est simple une portion de fruit c'est par exemple une pomme, une grappe de raisins et une tranche de pastèque.</p>	<p>plan de la journaliste et du chef cuisinier</p>
<p><i>Journaliste nutrition</i> : Et pour les légumes c'est pas plus compliqué. T'as compris là Arthur ?</p>	<p>plan rapproché d'Arthur</p>
<p><i>Arthur</i> : Ouais une assiette de soupe, une salade de crudités et un plat de haricots verts.</p>	<p>plan général des quatre personnes dans la cuisine. Le chef cuisinier lance une pomme à Arthur.</p>
<p><i>Journaliste nutrition</i> : Ben voilà ! Tu vois c'est pas compliqué, tu peux y arriver ! Bravo !</p>	<p>Gros plan sur les mains d'Arthur qui attrapent et tiennent la pomme. Dernier plan général sur les quatre personnes</p>
<p></p>	<p>Jingle de fin : Écran divisé en 9 cadres dans lesquels défilent des photographies de produits alimentaires rassemblés en groupe d'aliments</p>
<p></p>	<p>Fondu. Apparition du texte et d'une image d'aliments</p>
<p><i>Musique</i></p>	<p>« Pour votre santé Au moins 5 fruits et légumes par jour »</p>



III.4. Demande officielle d'attribution du logo PNA  
« Notre modèle a de l'avenir »

### III. Documents à l'échelle nationale



#### **Demande d'attribution du logo Programme national pour l'alimentation**

**« Notre modèle a de l'avenir »**

Janvier 2015



**Intitulé de l'action présentée :** .....

Demande d'attribution du logo PNA

pour une action	Oui	Non
pour un/des outil(s)	Oui	Non
pour la structure	Oui	Non

**Coordonnées précises de la personne responsable de la demande**

**Nom, prénom :**

**Fonction :**

**Adresse postale :**

**Adresse mèl :**

**n° de téléphone :**

**Raison sociale :**

**Résumé de l'action (en 5 ou 6 lignes)**

### III. Documents à l'échelle nationale

**Objectif(s) visé(s)**

**Descriptif détaillé de l'action :** (décrire précisément l'action et joindre tout document qui permet de compléter la compréhension de l'action)

**L'action ou l'outil fait référence à un impact sur la santé, vous devez solliciter également l'attribution du logo PNNS (<http://www.sante.gouv.fr/le-logo-et-ses-conditions-d-utilisation.html>), conformément aux lignes directrices relatives à l'attribution du logo PNA.**

### III. Documents à l'échelle nationale

**Descriptif des supports sur lesquels le logo sera apposé** (joindre un exemplaire des supports papier)

**Mode de diffusion ou de présentation des supports** (presse, audio-visuel, document affiché, etc...)

**Echelle territoriale de l'action** (nationale, régionale, locale) :

**Existence d'une méthode de démultiplication de l'action à l'échelle régionale ou nationale** (préciser)

**Date possible de valorisation :**

**Autorisation de l'inscription de l'action ou de l'événement dans la base de données du ministère :**

Oui  Non

**Autorisation pour la publication des supports labellisés dans la base de données du ministère :**

Oui  Non

et je transmets les visuels sous format .pdf

Date :

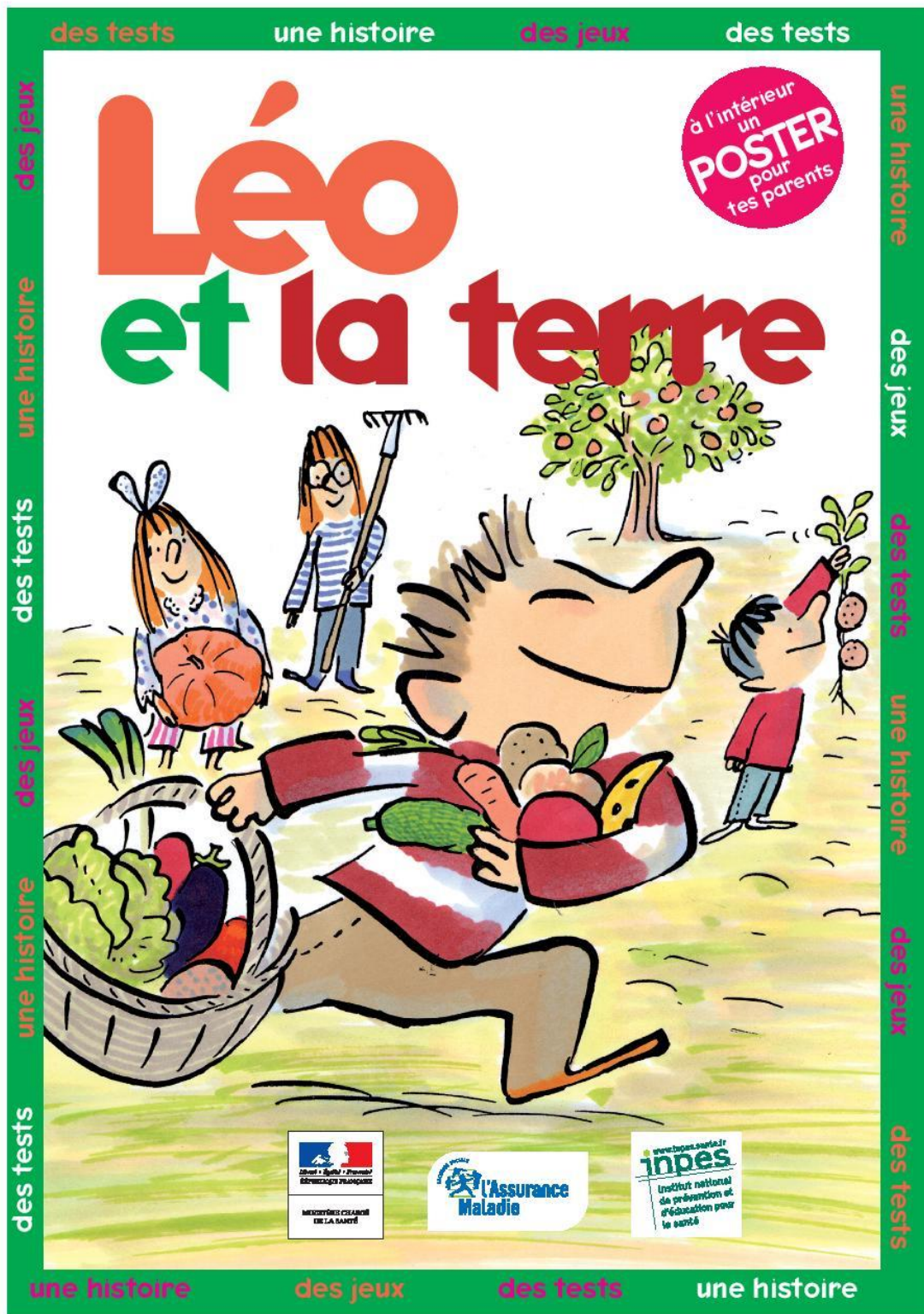
Signature du demandeur :

## **IV. Dispositifs *Léo et Léa*, INPES**

- Livret enfant *Léo et la terre*
- Livret professionnel *Léo et la terre*
- Fiches d'évaluation

## IV. Dispositifs Léo et Léa, INPES

### IV.1. Livret enfant *Léo et la terre*



**ce livre appartient à**

---



**Tout au long de ce petit livre, tu vas découvrir la terre sous ses différents aspects : la terre que l'on cultive, qui produit des aliments que nous mangeons, la terre qui nous permet de vivre et celle que l'on partage. Pour t'accompagner dans cette découverte, Léo te raconte l'histoire de sa classe, à la campagne. Diverses activités sur la terre te sont également proposées : des jeux, des tests, des coloriages... Tu pourras les réaliser seul ou en groupe. Ton enseignant dispose de documents supplémentaires qu'il te distribuera, d'une frise à afficher dans la salle de classe et d'un jeu que vous pourrez faire tous ensemble.**

**Bonne découverte de la terre...**

Réalisation  
Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes)  
Récit : Dominique et Renaud de Saint-Mars  
Textes : Bruno Muscat  
Illustrations : Serge Bloch - Robert Barborini  
Conception graphique : Dans les villes - Strasbourg  
Première impression : Janvier 1997 - Actualisation : mars 2014



## 1° L'arbre à pommes de terre



C'était l'évidence : Arthus, le nouveau, était fort en classe. C'était très énervant parce que monsieur Paul, notre maître, n'arrêtait pas de nous comparer à lui, le petit chouchou. C'est pour ça que Tom m'a demandé : "Hé, Léo, tu la racontes l'histoire d'Arthus et des pommes de terre ?" Je lui ai dit : "C'est pas sympa, c'est pas de sa faute s'il vient de la ville, il ne sait rien de la campagne !" Mais Tom a insisté, alors j'ai raconté.

Ça s'est passé hier, après l'école. On était avec Arthus chez Tom. Sa mère nous a demandé d'aller chercher des pommes de terre pour le dîner. Quand nous sommes arrivés au **potager**, Arthus cherchait partout l'arbre où poussaient les



**Potager** :  
jardin où  
l'on cultive  
des légumes  
et certains  
fruits.

De la terre à cultiver

2

pommes de terre et il ne voyait que des grosses herbes tordues avec des feuilles pendantes. Tom m'a fait un clin d'œil et il a dit à Arthus en lui tendant le panier : "Tu peux le remplir pendant qu'on va voir les vaches, à l'étable". Quand nous sommes revenus, il était assis par terre et il pleurait. Alors, j'ai eu pitié et je lui ai dit que les pommes de terre... il était assis dessus ! Devant lui, j'ai arraché un pied et il regardait les pommes de terre qui pendaient dessous, comme un trésor. Il s'est levé et il s'est mis à en déterrer avec frénésie. Et il a dit : "Alors, ça pousse tout seul !" Tom lui a répondu qu'il fallait quand même labourer la terre et puis planter et puis attendre... enfin tout ça, quoi !



Quand j'ai eu fini de raconter mon histoire, évidemment tout le monde a éclaté de rire. Même monsieur Paul souriait et pourtant, lui, ce n'est pas le genre à se moquer des élèves. Mais Arthus s'est levé et il a simplement dit, en me regardant : "C'est vrai, j'ai confondu, c'est les nouilles qui poussent sur les arbres..." Là, tout le monde a applaudi... même monsieur Paul... et même moi !

Et, à la sortie de l'école, pour me faire pardonner, j'ai proposé à Arthus de le raccompagner. En arrivant chez lui avec Tom, on a emmené son chien se ballader : le pauvre, il est tout le temps attaché... il ne pense qu'à s'échapper ! Quand on marchait dans les betteraves, un lièvre est parti devant nous. Arthus a sursauté et il a dit "Oh, Léo, un lapin !" "Non, c'est un lièvre, une femelle, parce qu'elle court les oreilles en arrière" je lui ai répondu. Et le chien a tiré tellement fort sur sa laisse qu'Arthus l'a lâchée. Le chien est parti ventre à terre derrière le lièvre en aboyant. Arthus a eu beau crier "Forban ! Forban !", il n'a jamais voulu revenir...

On est parti faire tout le tour du bois du Terrier. Et puis on a traversé un grand champ de **maïs** en criant le nom du chien toutes les trois minutes mais il devait être loin. Arthus a sursauté quand des perdreaux se sont levés juste devant nous et sont allés se poser dans un champ de haricots verts. En marchant entre les rangées, Tom en a fait goûter à Arthus qui a trouvé ça bon mais il a dit : "Allez vite, il faut retrouver Forban !"



**Mais :**  
céréale,  
en forme  
d'épi, cultivée  
pour nourrir  
aussi bien  
les animaux  
que les hommes.  
Avec le maïs,  
on fait le pop  
corn...  
en chauffant  
les grains pour  
qu'ils éclatent.

De la terre à cultiver

4



**Vergers :**  
jardin planté  
d'arbres  
fruitiers.



**Très soif :**  
les fruits sont  
des aliments  
qui contiennent  
beaucoup  
d'eau  
(de 75 à 90 %).

En passant dans un verger, on a pris des pommes par terre parce qu'on avait très soif et qu'il n'y avait pas d'eau aux alentours. Tout à coup, Arthus s'est arrêté de mâcher et j'ai entendu la grosse voix d'un monsieur qui n'avait pas l'air content. C'était ses pommes que nous mangions... Il nous a grondés et puis on lui a dit pour le chien. Et lui, il l'avait vu passer avec sa laisse. Il avait essayé de l'attraper mais Forban était réparti dans le bois. C'est là que nous l'avons finalement retrouvé, grâce à ses aboiements. Sa laisse s'était accrochée à une branche de châtaignier.



Arthus l'a pris dans ses bras et le chien, tout content, lui a donné des grands coups de langue. Le monsieur des pommes nous a ramenés dans sa camionnette. Et il a dit que ce chien avait été bien malin de s'accrocher à un châtaignier parce qu'au moins les châtaignes, ça se mangeait... Et Arthus m'a dit en riant : "Heureusement, Léo, que ce n'était pas un arbre à pommes de terre, hein, parce qu'il aurait pu attendre longtemps !".

## Le petit jardin

Les plantes poussent dans la terre.

Fabrique ton petit jardin pour les voir pousser.

(Des explications se trouvent dans le livret de ton enseignant, page 3)



1• Étale le terreau au fond de la caisse.



2• Creuse des sillons, dépose tes graines dedans et recouvre-les de terre.



3• Creuse un trou pour planter ta pomme de terre et recouvre-la de terre.



4• Pique une étiquette pour savoir ce que tu as planté.

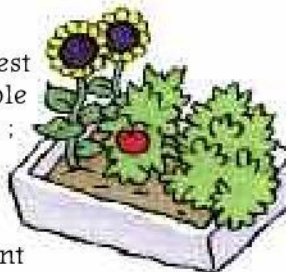


5• Arrose ton jardin tous les jours.



6• Qu'observes-tu au bout de quelques jours ?

La lumière est indispensable aux plantes ; vérifie que ton petit jardin est suffisamment ensoleillé, et que la température est adaptée.



## De la terre à la table

**Les produits de la terre n'arrivent que rarement directement sur ta table. ils suivent d'abord un long chemin...**

*(Solution pages 4 et 5 du livret de ton enseignant)*

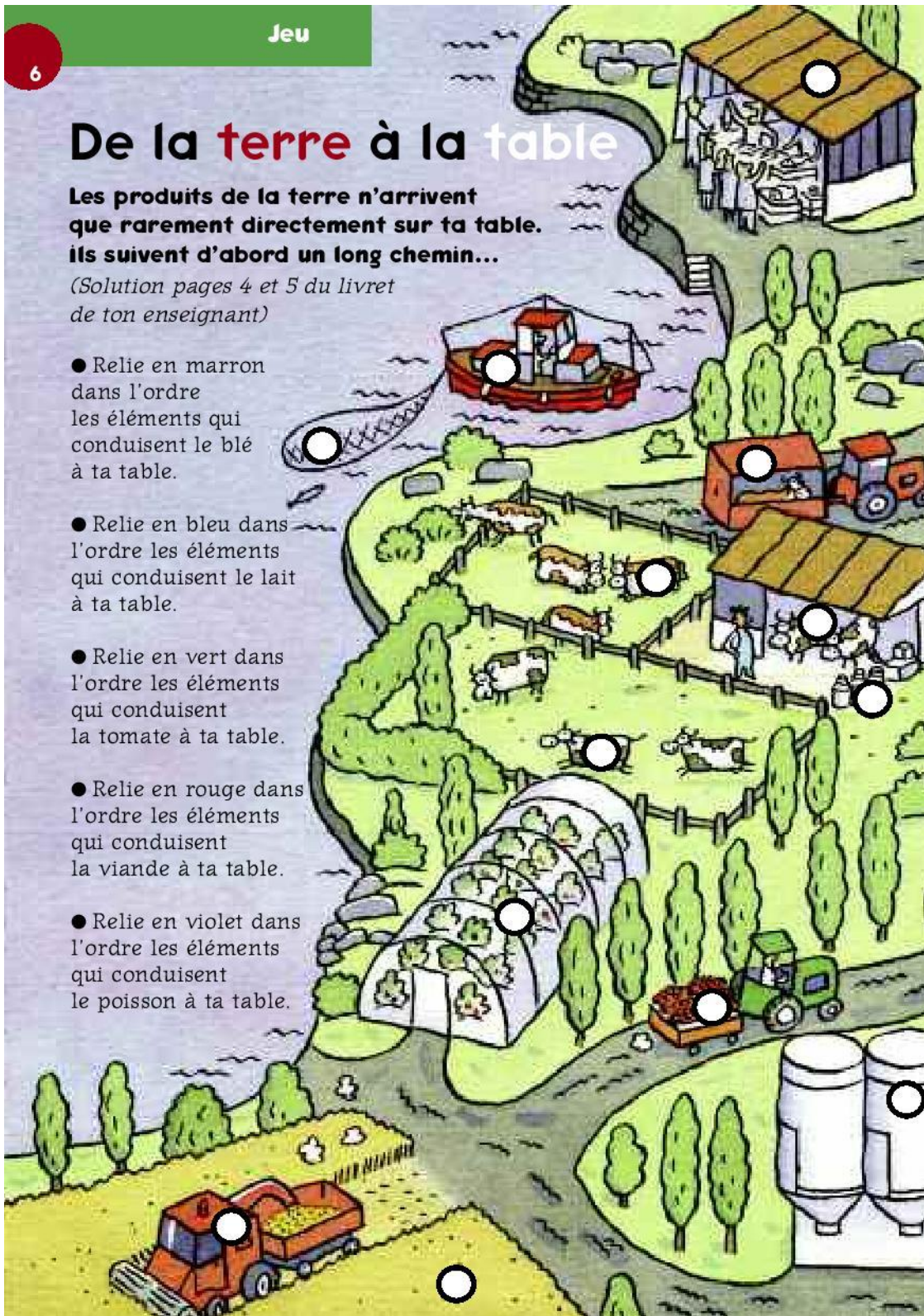
● Relie en marron dans l'ordre les éléments qui conduisent le blé à ta table.

● Relie en bleu dans l'ordre les éléments qui conduisent le lait à ta table.

● Relie en vert dans l'ordre les éléments qui conduisent la tomate à ta table.

● Relie en rouge dans l'ordre les éléments qui conduisent la viande à ta table.

● Relie en violet dans l'ordre les éléments qui conduisent le poisson à ta table.





## 2° Le père Léon



Le vieux père Léon est mort. On l'a retrouvé étendu par terre, au coin du bois du Terrier. Il avait dû avoir un arrêt du cœur après avoir donné de l'eau à ses vaches. Le père Léon, c'était le grand-père de Violette et tout le monde le connaissait bien. Il disait toujours que la terre et la nature, il n'y avait pas mieux et pourtant que les jeunes ne savaient plus reconnaître un chou d'un chêne ! Moi, il m'a appris à aiguiser une lame de canif et aussi à reconnaître les traces de sanglier dans les champs. D'ailleurs, il a appris quelque chose à tout le monde, dans le village. C'est pour ça qu'au cimetière, le jour de son enterrement, il y avait beaucoup plus que tout le monde que je connaissais.



**La terre :**  
elle contient  
tous les  
éléments  
indispensables  
à la vie.  
Tout vient  
de la terre et  
tout retourne  
à la terre.

Et même Arthus, parce que c'est le père Léon qui avait aidé ses parents à finir leur déménagement de la ville. Arthus n'était pas rassuré parce que c'était la première fois qu'il allait à un enterrement et qu'il voyait un cercueil descendre dans **la terre**, avec les fleurs et tous ces gens qui avaient l'air triste, surtout la famille de Violette.



Mais tous les copains de l'école étaient là. Le père de Violette s'essuyait souvent la figure, il transpirait mais il pleurait aussi.

Après, tout le monde s'est retrouvé à la ferme de Violette. Arthus a dit qu'il ne savait pas quoi lui dire. "Nous, on va lui dire qu'on aimait bien son grand-père, t'as qu'à dire la même chose. Ça suffit, tu sais, elle sera contente ! En plus, il a eu de la chance, il s'est endormi dans la prairie, et hop, salut tout le monde !". Violette est arrivée à ce moment-là, on l'a tous embrassée et Arthus lui a dit en rougissant, et en regardant ses chaussures, qu'il aimait bien son père... "Euh, je veux dire ton grand-père..." Violette a ri, nous aussi et elle a encore embrassé Arthus et il a encore plus rougi !

Pauvre Arthus, il n'était pas au bout de ses surprises parce que dans la cour de la ferme et dans la maison c'était comme une fête. Il y avait des grandes tables avec plein de bouteilles, des pâtés, des poulets, des grosses miches de pain.



De la terre pour vivre

10



**Poulailler :**  
il y a des animaux qu'on élève pour se nourrir et des animaux compagnons qu'on garde avec soi.



**La vie :**  
vivre, c'est aussi accepter le changement de chaque jour, le risque, la séparation, la mort... parce que tout ce qui naît meurt un jour.

On s'est faufilé entre les gens qui parlaient fort et qui riaient parce qu'ils étaient contents de se retrouver, et on s'est fait des assiettes bien pleines et le père de Violette nous a versé des grands verres de jus de pomme. Une heure plus tard, on avait retrouvé tous les copains et on s'amusait bien. Et puis Arthus a dû aller promener son chien qui était enfermé dans la voiture.

Au bout d'une demi-heure, Arthus n'était pas revenu et on est parti le chercher avec Tom et le père de Violette. C'est en arrivant près du **poulailler** qu'il a répondu. Il était en train de creuser un trou avec une pioche. Forban était attaché à un piquet et il y avait des plumes partout ; il venait d'attraper une poule. Arthus avait l'air très coupable. Heureusement, le père de Violette a compris et il lui a dit : "Ne t'en fais pas, ça arrive que certains chiens tuent les poules..."

En revenant à la ferme, comme Arthus ne disait pas un mot, le père de Violette l'a pris par le bras et lui a demandé : "Il a quel âge, ton chien ? Onze ans, je crois, a répondu Arthus, pourquoi ? Ben, parce qu'il est vieux pour un chien. Ce soir, on est tous réunis grâce au père Léon et il aurait sûrement eu la même idée... Écoute, la chienne Zézette a eu une portée de petits chiots, et bien il y en a un pour toi, comme ça, quand le tien s'en ira, tu ne resteras pas sans chien !"

Arthus s'était arrêté, il commençait à découvrir **la vie**, il a dit merci et on est reparti jouer.

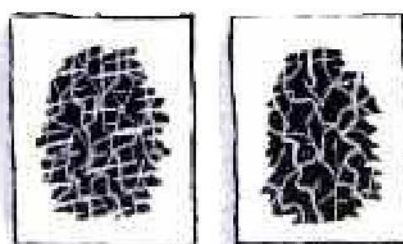
## Le petit forestier

**Dans une forêt, tous les arbres sont différents. Promène-toi dans la forêt et apprends à les observer pour les reconnaître.**

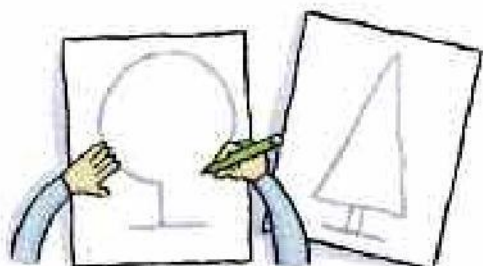
*(Des explications se trouvent dans le livret de ton enseignant, page 9)*



Prends une photo de l'arbre.



Prends l'empreinte de son écorce en frottant un crayon sur une feuille de papier posée sur le tronc de l'arbre.



Dessine la silhouette de l'arbre au crayon sur une feuille de papier.



Ramasse quelques feuilles au pied de l'arbre.

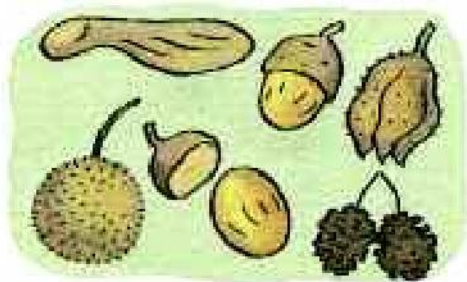


Observe des arbres de tous les âges : les jeunes pousses (certaines partent d'une vieille souche), les jeunes arbres en croissance, les «vieux» arbres, les arbres morts. Regarde bien leurs feuilles et leurs écorces.

Activité

12

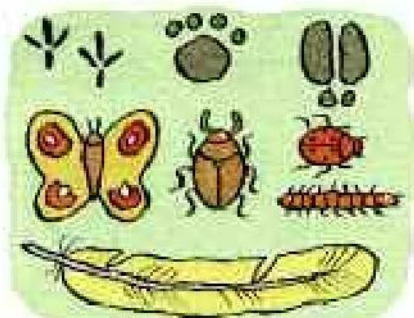
## Le petit collectionneur



Ramasse les fruits de l'arbre tombés par terre.



Pour savoir l'âge d'un arbre, mesure son tour avec un mètre de couturière à 1,60 mètre du sol. Multiplie par 2,5 et tu auras à peu près son âge !



Regarde s'il y a des traces, des insectes ou des plumes autour de l'arbre.



Si un arbre a été scié, tu peux trouver son âge en comptant les cercles de son tronc. Un cercle égale un an !



Regarde s'il y a un nid dans l'arbre.



Dessine le contour de la feuille.

### 3° La clé d'Arthus

Dès qu'il est descendu de son vélo, ce matin-là, Arthus m'a dit : "Oh la la, j'ai mal au ventre... !" Et au début de la classe, il a demandé à sortir. On sentait que c'était pressé... Il a réapparu au bout de cinq minutes mais il a presque tout de suite levé le doigt encore une fois pour courir aux toilettes. Là, on a compris qu'Arthus avait une colique géante.

Monsieur Paul lui a demandé ce qu'il avait mangé. "Mais rien, je vous assure, des champignons... en boîte et des poires, des poires pas très mûres..." "Et bien, c'est ça ! Rien de pire que les poires vertes..." Là, il s'est arrêté parce qu'Arthus partait de nouveau en courant dans la même direction et il a dit qu'il allait téléphoner à ses parents. Tom a dit à Arthus que s'il lui donnait la clé de son antivol, il lui ramènerait son vélo chez lui. Et la classe a repris...



**Poires vertes :** quand un fruit n'est pas mûr, il n'est pas non plus mûr pour le corps ! Les intestins le digèrent difficilement : ça donne souvent la diarrhée.



De la terre pour se nourrir

14



**Voies naturelles :**  
les deux ouvertures du long "tuyau" de la digestion, sont la bouche et l'anus.

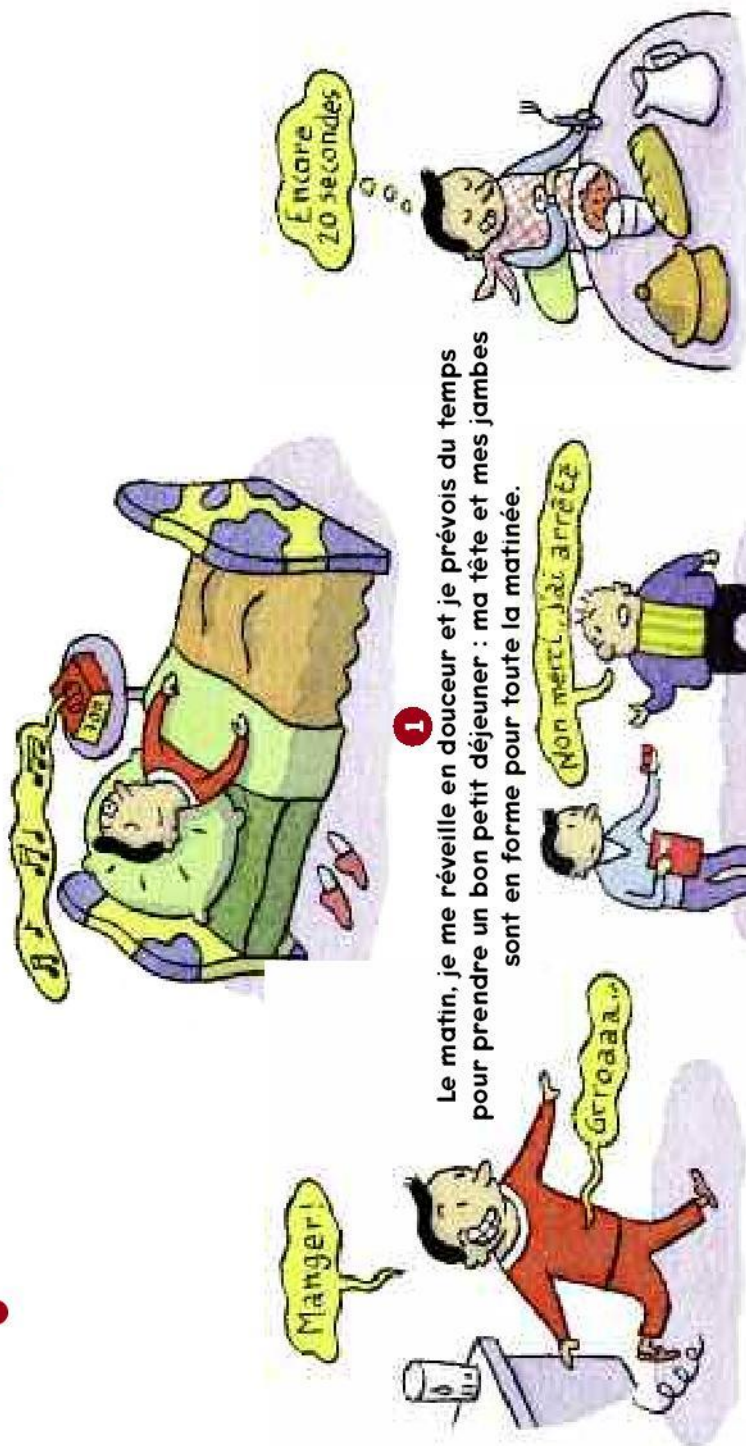
"Cesse de jouer avec cette clé", a dit monsieur Paul plusieurs fois à Tom qui la suçait et la faisait tinter contre ses dents. Et puis tout d'un coup, Tom s'est levé, il avait l'air paniqué et il a dit : "Monsieur, je crois... que j'ai avalé la clé !". "C'est pas vrai !" a crié monsieur Paul qui était furieux mais aussi inquiet. Il est venu regarder dans la bouche de Tom, jusqu'au fond, lui a demandé si ça lui faisait mal, Tom a dit non, et il a téléphoné au médecin. "Non, une petite clé de cadenas" on l'entendait dire dans la pièce à côté... "Par les voies naturelles ? Vous êtes sûr ? Bon, bon... merci docteur !"



Tom vivait toujours quand monsieur Paul est revenu... On le voyait déjà ouvert en deux sur une table d'opération... "Les voies naturelles, vous savez ce que c'est ?" a-t-il demandé à la classe. Moi, je n'osais pas imaginer. Tom encore moins, je pense. C'est Violette qui a répondu qu'il fallait sans doute attendre que la clé réapparaisse... de l'autre côté... "Quoi !" a crié tout le monde.

ne pas  
flasher  
(poster p. 37-38)

# Dix “points” pour être en forme



**1** Le matin, je me réveille en douceur et je prévois du temps pour prendre un bon petit déjeuner : ma tête et mes jambes sont en forme pour toute la matinée.



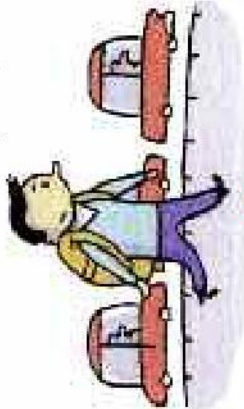
**2** Si je n'ai pas faim au réveil, je prends 1 boisson et 1 en-cas à manger sur le chemin de l'école.



**3** Trois repas complets dans la journée, plus un goûter, me permettent d'être en forme et de bien grandir.



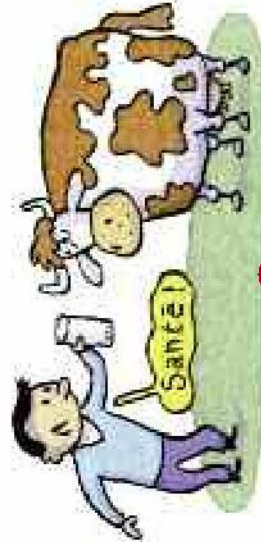
**4** Je prends le temps de manger et je mâche bien toutes les bouchées : les dents sont là pour ça.



**5** En plus des aliments, je bois de l'eau régulièrement. Quand je fais des activités physiques, je pense à boire souvent, je n'attends pas d'avoir soif.



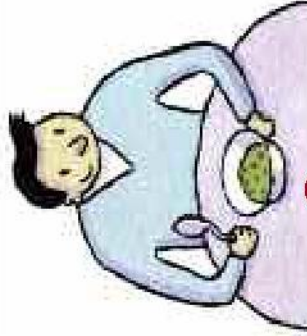
**6** Un repas trop gras est lourd et lent à digérer ; à éviter si je veux être en forme.



**8** Il existe un grand choix d'aliments ; je découvre et j'apprécie des nouveaux produits, et ainsi je varie mon alimentation.

**9** Je fais attention à consommer des fruits et légumes, du pain et d'autres féculents, des produits laitiers : ils sont bons pour ma santé.

**7** Je bouge, je prends l'habitude de me déplacer à pied et je fais de l'activité physique.



**10** Pour commencer le repas, une assiette de crudités est un excellent choix.

ne pas  
flasher

(poster p. 37-38)

Alors, monsieur Paul a téléphoné chez les parents de Tom et a encore demandé à Tom si ça allait puis il a expliqué l'estomac... l'intestin... tout ça ! À la fin du cours, moi, j'avais compris pourquoi, même si on boit du sirop de menthe ou du chocolat, le pipi et la crotte restent de la même couleur. Parce que tout ce qu'on rejette, c'est ce que le sang ne garde pas quand il vient faire ses provisions à travers les parois de l'intestin. Et la clé de l'antivol d'Arthus fera forcément partie des déchets.

Au bout de deux jours, on a commencé à s'impatienter, surtout Arthus qui voulait reprendre son vélo, toujours attaché à la grille de l'école. Tout le monde demandait à Tom : "Alors ?!", et il répondait que ça n'était pas de sa faute, qu'il était constipé. C'est comme ça que j'ai pensé aux poires vertes pour le problème de Tom. Et puis monsieur Paul nous a annoncé un contrôle de maths pour le lendemain. Tom m'a regardé. J'ai vu qu'on pensait à la même chose. À la récré, on en a parlé à Simon qui lui non plus n'est pas bon en maths et on a décidé d'aller manger des poires vertes le soir même pour échapper au contrôle. Il fallait emmener Arthus pour qu'il nous montre l'endroit des poires.



**Déchets :**  
c'est ce  
qui reste  
des aliments  
après que  
l'organisme  
ait pris tout  
ce dont il a  
besoin.



De la terre pour se nourrir

20



J'ai commencé à avoir mal au ventre en arrivant à l'école et Tom est passé devant moi en courant. Simon m'a dit que lui, les poires ne lui avaient rien fait. Zut ! Incroyable comme on peut être différent ! C'est comme ceux qui mangent beaucoup : il y en a des gros, il y en a des maigres ! Tom revenait à sa place quand j'ai demandé aussi à sortir. "Toi aussi, Léo ?" m'a dit monsieur Paul. Ça devait se voir que je ne me sentais pas bien, j'ai eu la permission tout de suite.

Enfin, au bout de son troisième voyage, Tom est revenu avec un air de victoire. Il tenait la clé entre ses doigts. "Ma clé !" a dit Arthus. "Berk !" a crié Violette !... "Bof, c'est la nature" a dit Tom. Moi, j'étais soulagé quand monsieur Paul nous a permis, à Tom et à moi, de rentrer chez nous. Mais j'ai failli m'évanouir quand il a dit, en nous regardant, qu'il repoussait le contrôle de maths à plus tard... quand les poires seraient mûres !

## La machine à digérer

**Le corps est obligé de transformer les aliments pour fonctionner. C'est la digestion. Écris le nom de chaque organe sur le croquis à sa place et découvre à quoi il sert.**

*(Solution pages 10 et 11 du livret de ton enseignant)*

**L'estomac**

Dans cette poche élastique, les aliments sont transformés en bouillie digérable.

**Le colon**

Il finit d'absorber les dernières substances utiles au corps.

**Le pancréas**

Il fabrique les enzymes, qui aident à transformer les aliments en minuscules éléments que le sang peut ainsi absorber.

**La bouche**

Elle broie les aliments et les mélange à la salive. C'est le début de la digestion. Tu salives avant même d'avoir commencé le repas !

**L'anus**

C'est par ici que sortent les déchets de la digestion !

**Le foie**

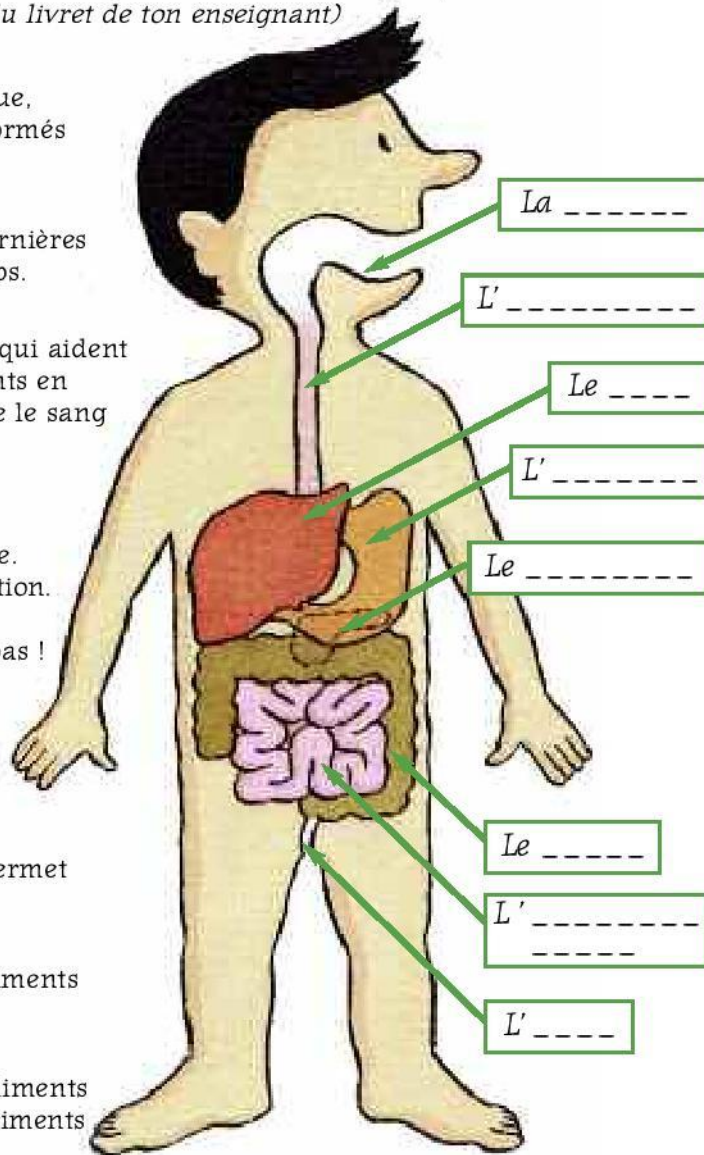
Il fabrique la bile, qui permet de digérer les graisses.

**L'œsophage**

Ce conduit amène les aliments à l'estomac.

**L'intestin grêle**

Dans ce long tube, les aliments sont transformés en nutriments pour traverser la paroi.



## Vrai ou faux ?

À toi de jouer,  
tu disposes  
de quelques  
minutes  
pour trouver  
les 10 bonnes  
réponses !

(Solution  
page 12  
du livret  
de ton enseignant)



1• Les fruits et les légumes contiennent une vitamine qui t'aide à bien voir.

Vrai  Faux

2• La soupe fait grossir.

Vrai  Faux

3• Pour bien grandir et avoir des forces toute la journée, 3 repas plus 1 goûter sont nécessaires.

Vrai  Faux

4• Manger des fruits et des légumes te protège de certaines maladies.

Vrai  Faux

5• Tu aimes la viande mais de temps en temps, tu peux la remplacer par du poisson ou des œufs.

Vrai  Faux

6• Les boissons sucrées désaltèrent plus que l'eau.

Vrai  Faux

7• Sans petit déjeuner, tu risques d'être fatigué.

Vrai  Faux

8• L'eau, tu peux t'en passer pendant toute une journée.

Vrai  Faux

9• Il est conseillé de consommer un produit laitier à chaque repas.

Vrai  Faux

10• Les pâtes peuvent te donner de l'énergie pour longtemps.

Vrai  Faux

## 4° Le jour des frites



C'est mardi, personne n'est en retard à la cantine parce que c'est le jour des frites... mais Marie-Jeanne, la dame de la cantine, quand on lui demande pourquoi il n'y en a pas plus souvent, elle dit que les frites, c'est gras et si vous en mangez trop, vous serez en mauvaise santé et vous grossirez. En tout cas, moi, j'en mange moins que Timour. Lui, c'est un vrai glouton : comme d'habitude, il est encore arrivé le premier à table et le plat entier est passé dans son assiette.

Mais finalement, être à sa table, ça a des avantages. C'est Tom qui a découvert la combine. Marie-Jeanne sait très bien que Timour est un glouton, alors, elle nous a apporté tout de suite du rabe de frites, avant qu'il ait fini son assiette. Pauvre Marie-Jeanne, elle s'occupe de toutes les tables en même temps pour que ça ne soit pas la bagarre généralisée, et, tout à l'heure, elle ne savait plus si elle nous en avait déjà donné. Mais Serge lui a dit avec sa tête d'ange qu'elle devait se tromper, qu'on n'en avait eu qu'une fois et elle en a rapporté !

24 De la terre pour grandir



**Manger lentement :** il faut bien mâcher pour transformer les aliments, car la digestion commence avec la salive.



**Vitamines :** substances, indispensables à la santé, qu'on trouve en très petites quantités dans les aliments, surtout dans les fruits et les légumes. Notre organisme ne sait pas les fabriquer.



**Grandir :** c'est plus facile en mangeant des fruits et légumes, des féculents et en limitant les produits gras, sucrés et salés.



Elle est gentille, Marie-Jeanne, mais il y a des jours où elle est sévère parce qu'elle veut que l'on mange de tout, et lentement. "tous les bons petits plats que le cuisinier nous prépare avec amour" comme elle dit... et les légumes c'est bourré de vitamines et on en a besoin pour grandir, ce n'est pas dans les bonbons qu'on va les trouver. Monsieur Paul, lui, il ne nous force pas parce que, comme il dit, lui aussi il a été un enfant qui n'aimait pas les légumes bouillis, la béchamelle et le boudin. Mais maintenant il adore les épinards à la crème et les endives braisées.

Moi aussi j'aime ça, à condition que ça ne soit pas trop cuit, qu'il y ait des petites herbes qui donnent du goût et de la couleur ou un gratin de fromage bien croustillant... mmmmmh !



Mais quelquefois c'est **plein d'eau** et je n'aime pas du tout. Il n'y a que Violette qui se lèche les babines : plus c'est fade, plus c'est ramolo, plus elle adore ! Hier, Léontine lui a dit : "C'est pour être la chouchoute de Marie-Jeanne que Violette dit qu'elle aime ça, tu es d'accord avec moi, Léo ?" Et Violette, qui est assez susceptible, lui a répondu : "Occupe-toi de tes oignons, et d'abord, t'es plus ma copine". Et moi, j'étais embêté, je leur ai dit : "Hé, les filles, arrêtez avec vos salades !" mais elles n'ont pas ri.

Avant-hier, avec Serge, on a fait une **pétition** pour avoir plus de frites. Violette a signé pour que je continue de lui donner mes poireaux en vinaigrette parce que j'aime pas ça. Presque tout le monde a signé, d'ailleurs, même Arthus, mais lui c'est plus par amitié que par amour des frites. Parce que la seule chose qu'il aime vraiment ce sont les carottes rapées. Alors il a eu l'idée de faire une pétition pour avoir plus de carottes rapées, mais comme il a été le seul à la signer, j'ai rajouté "carottes rapées" en-dessous de "frites" sur la pétition des frites. "C'est gentil de ta part, Léo !" m'a dit Violette.



**Plein d'eau :**  
les légumes et les fruits sont constitués de 75 à 95 % d'eau. Et le corps en a besoin en plus de l'eau que l'on boit.



**Pétition :**  
feuille qui doit être signée par plusieurs personnes et sur laquelle on écrit une demande.



De la terre pour grandir

26

C'est pour ça qu'aujourd'hui, le cuisinier est venu nous dire qu'il était tout à fait d'accord avec notre pétition et on l'a applaudi, surtout quand il a prédit que nous serions sûrement de grands sportifs si nous mangions bien. Lui, c'est un passionné de rugby ! "Les poireaux, ça, c'est de l'acier pour les muscles !" il a ajouté. "Je suis très content que vous en ayez demandé plus, je n'étais pas sûr que vous aimiez ça ! À partir de demain, tous les deux jours, poireaux vinaigrette ! Je vous ferai aussi plus de carottes et un peu plus de frites, mais pas trop pour les champions !"

Là, j'ai cru que j'allais tomber dans les pommes. Je n'y comprenais rien. Et j'ai commencé à comprendre en voyant Violette qui riait en cachant sa bouche dans sa main. J'ai couru voir la pétition et j'ai vu qu'elle avait écrit "poireaux en vinaigrette" en énorme au-dessus de "frites" ! Horreur ! Il allait falloir manger une montagne de poireaux ! Je me demandais comment me venger mais aussi... combien de temps ça prenait pour devenir une montagne de muscles !



## Dans tous les sens !

**Lorsque tu manges, tous tes sens sont en action :  
Le goût, bien sûr, mais aussi l'ouïe, la vue, l'odorat  
et le toucher... Regarde ces photos en gros plan et retrouve  
ce qu'elles représentent. Attention : tout se mange !**

*(Solution page 16 du livret de ton enseignant)*



.....  
.....



.....  
.....



.....  
.....



.....  
.....



.....  
.....



.....  
.....



.....  
.....



.....  
.....

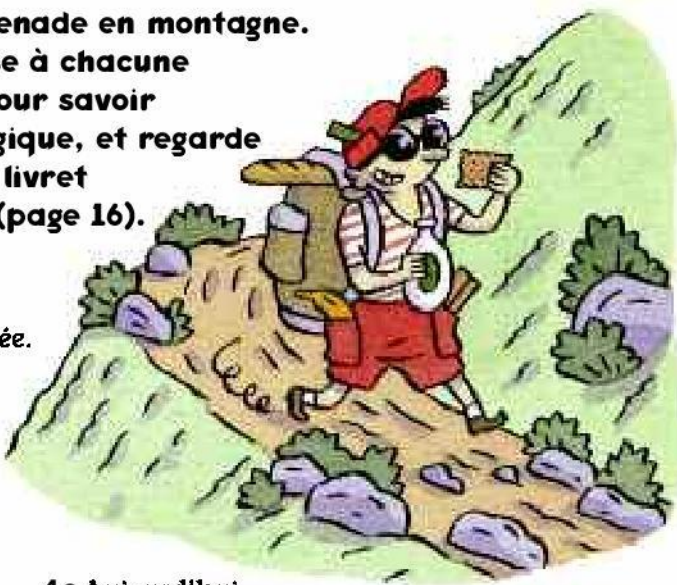


.....  
.....

## Croques-tu énergique ?

**Aujourd'hui, promenade en montagne.**

**Choisis une réponse à chacune de ces questions pour savoir si tu croques énergique, et regarde la solution dans le livret de ton enseignant (page 16).**



**1• Tu pars en randonnée. C'est l'heure du petit déjeuner :**

**a.** tu avales vite fait une tasse de thé.

**b.** tu dévores des tartines beurrées avec un bol de chocolat au lait et un fruit.

**2• Ça commence à grimper dur. Tu as un petit creux :**

**a.** tu sors des bonbons de ton sac.

**b.** tu sors des fruits secs de ton sac.

**3• On s'arrête pour déjeuner dans une auberge**

**a.** tu prends un steak haché avec des pâtes au fromage et de la salade.

**b.** tu choisis les saucisses frites-soda au menu.

**4• Aujourd'hui, il fait chaud dans la montagne :**

**a.** tu bois après l'effort.

**b.** tu bois régulièrement.

**5• Allez, c'est l'heure du goûter.**

**Tu sors de ton sac :**

**a.** une compote de fruit et un gâteau de riz.

**b.** une tablette de chocolat.

**6• Ça y est, on est arrivé au refuge. Tu n'as qu'une envie :**

**a.** avaler un gros gâteau à la crème.

**b.** croquer dans une banane.

**7• Demain, ça continue. Au dîner :**

**a.** tu te bourres d'œufs durs, de charcuterie et de pain beurré.

**b.** tu manges des carottes râpées, une omelette au fromage, et une tartelette aux mûres.

**8• Avec ton dîner, tu bois :**

**a.** de l'eau bien fraîche.

**b.** du soda bien sucré.

## 5° Pique-nique au château

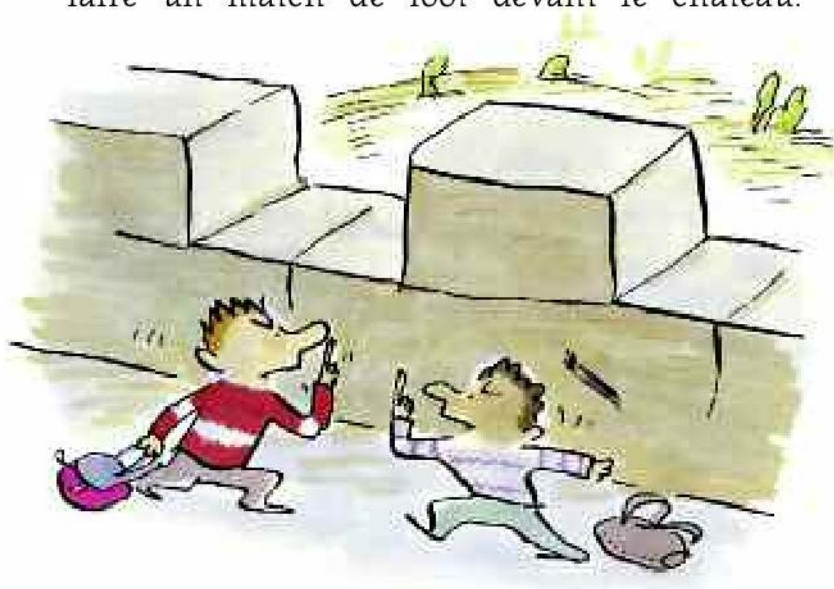


**M**onsieur Paul nous avait promis depuis longtemps que nous irions, en car, visiter un château fort. En arrivant au pied des remparts, monsieur Paul a essayé de nous parler de son histoire mais on était tous trop impatient d'entrer. Aussitôt passé le pont-levis, on a couru dans les escaliers et on a vu la cheminée où il paraît qu'ils faisaient cuire des bœufs entiers.

Mais nous voulions surtout voir les oubliettes où les prisonniers étaient enfermés, autrefois. Les filles ne voulaient plus sortir de la chambre de la princesse parce qu'elles disaient que c'était chez elles, et monsieur Paul essayait de garder tout le monde ensemble. Il a dit que si ça continuait, tout le monde retournerait dans le car. Alors on est tous montés en haut du donjon.

C'était formidable, toute la région s'étendait devant nous, très très loin. Moi, j'ai dit que je prenais pour moi le château et tous les champs jusqu'à l'horizon. Mais comme Serge les voulait aussi, on a partagé mais moi j'ai gardé le lac à cause des poissons. Violette a dit qu'elle voulait la forêt à cause des fées mais Tom l'avait déjà prise pour la chasse. Finalement, tout le monde a voulu quelque chose, mais il n'en restait pas beaucoup pour les derniers.

Timour a commencé : "C'est pas ton château, Léo !" Alors, j'ai dit : "D'accord, mais je prends en tout cas le donjon et la tour de guet." Léontine a dit qu'elle prenait le pont-levis, comme ça elle pourrait tout contrôler et faire payer l'entrée. Pas bête ! Mais Timour voulait aussi le donjon, alors je l'ai provoqué en duel. Mais monsieur Paul a dit qu'on n'avait pas le temps de se battre en duel, qu'il fallait aller pique-niquer et après faire un match de foot devant le château.





Les filles ont voulu regarder encore au loin comme avant, quand les princesses attendaient les chevaliers mais finalement elles avaient aussi faim que nous et on a couru chercher les pique-niques dans le car.

Ma mère m'avait préparé deux sandwichs dans du papier d'argent mais je louchais sur les œufs durs de Serge qui me faisaient bien plus envie. Je lui ai proposé qu'on s'installe dans le même coin... pour échanger un peu... Tom nous a rejoints. Il était furieux parce qu'il n'avait que des biscuits, du fromage et des pommes mais Violette a fouillé dans sa boîte et elle a trouvé deux tablettes de chocolat. Alors Serge s'est rapproché d'elle. Pourtant, lui, il avait des merguez, encore chaudes ! Ça sentait bon, il avait de la chance. Timour, lui, avait des tomates, du saucisson et du poulet. Il m'a dit qu'il mangerait facilement tout quand je lui ai demandé s'il n'en avait pas trop...

De la terre à partager

32

Alors, je lui ai dit : "Si tu manges trop, tu ne pourras pas courir et personne ne te voudra dans son équipe..." "Nous, en tout cas, on se met ensemble, hein Léo ? m'a dit Tom, avec Serge et Arthus."

Comme j'avais soif, je suis allé chercher mon eau dans le car et quand je suis revenu, Alex avait pris ma place. "C'est pas ta place !" je lui ai dit. Mais il a répondu que les places n'étaient à personne. Il exagère ! Les pique-niques, c'est les seuls **repas** où on n'est pas obligé de rester assis. Et c'est pour ça que c'est super !

On a dit que notre équipe était déjà faite. Mais monsieur Paul a répondu que c'était lui qui faisait les équipes. Alors, je me suis retrouvé avec Timour, Alex, Léontine et d'autres nuls en foot. Arthus, Tom et Serge étaient ensemble... dans l'autre équipe !

Et on a fait le match. Timour, qui est grand, arrêta tous les tirs de Serge et Tom qui sont très bons en attaque. Et moi je voulais vraiment les battre. Alors, quand Alex a marqué, après une super passe que je lui ai faite, je l'ai pris dans mes bras en criant et j'ai vu Tom me regarder comme si je n'étais plus son copain... Mais enfin c'est ça, le jeu ! On fait tout pour gagner, même quand on joue contre ses amis, non ?



**Repas :**  
c'est le moment où l'on se retrouve pour partager les bonnes choses !  
À vivre dans le calme et la bonne humeur !

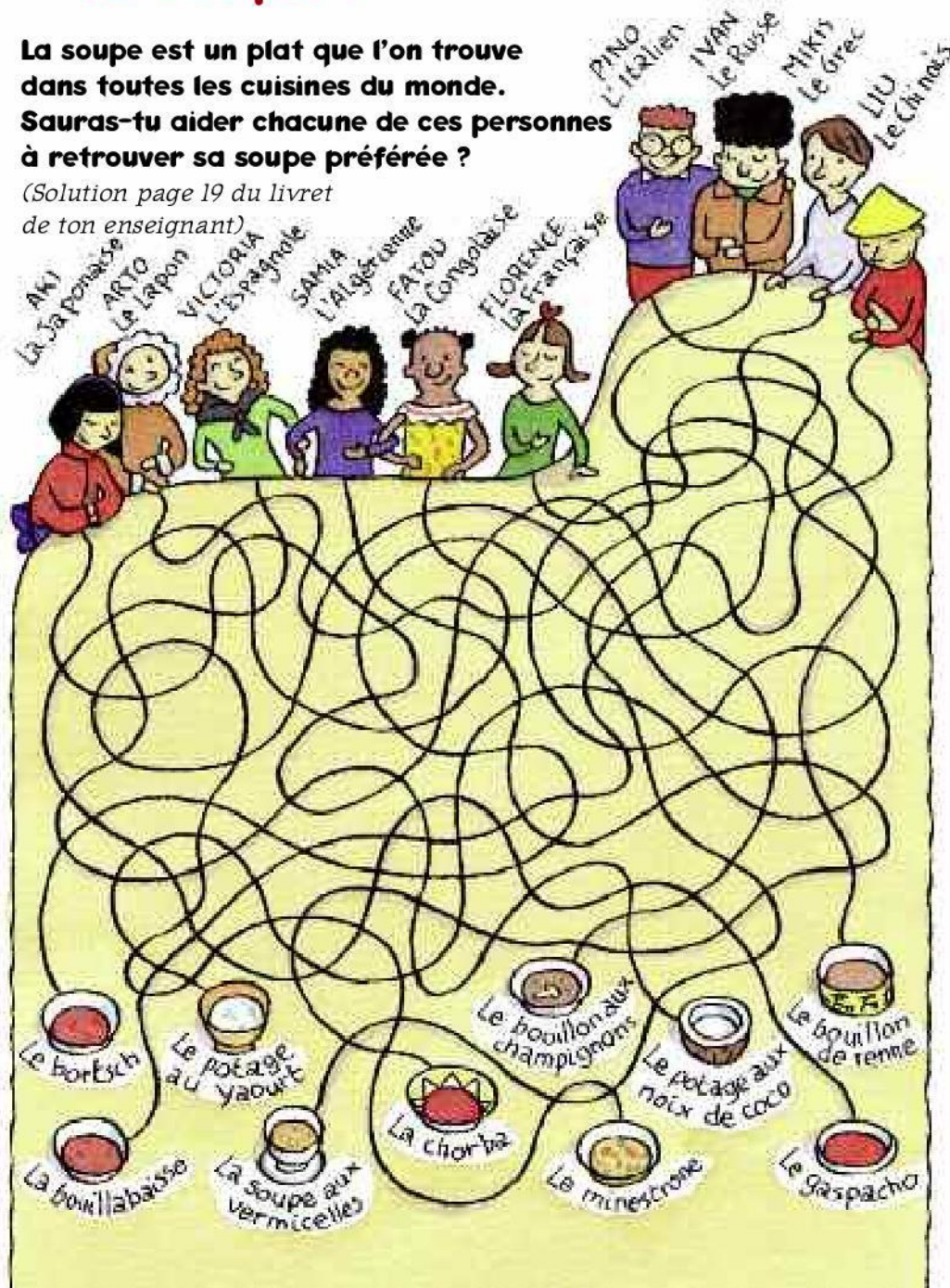




## À la soupe !

La soupe est un plat que l'on trouve dans toutes les cuisines du monde. Sauras-tu aider chacune de ces personnes à retrouver sa soupe préférée ?

(Solution page 19 du livret de ton enseignant)



des tests une histoire des jeux des tests

des jeux une histoire des tests des jeux des tests une histoire des jeux des tests

**N'as-tu rien oublié ?  
Vérifie si tu as bien fait  
tous les tests en cochant  
les cases ci-dessous.**

- Le petit jardin
- De la terre à la table
- Le petit forestier
- Le petit collectionneur
- La machine à digérer
- Les aliments
- Dans tous les sens !
- Croques-tu énergétique ?
- À la soupe !

**Tu as remué ciel et terre,  
tu t'es creusé sans compter,  
tu as enfin touché terre, tu as fait  
toutes ces activités, super !**



413-12815-B

des tests une histoire des jeux des tests





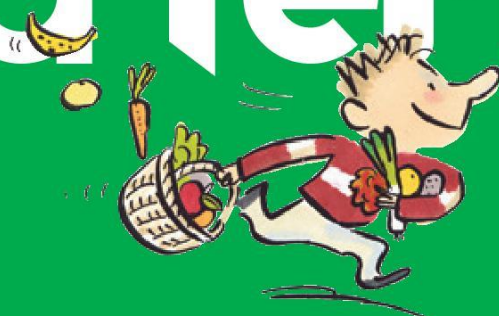
## IV.2. Livret professionnel *Léo et la terre*

LES CHEMINS DE LA SANTÉ

*livret pédagogique*

CE2 - CM1 - CM2

# Léo et la terre



**É**dité par l'Inpes, ce coffret d'éducation pour la santé fait partie d'une collection intitulée Les Chemins de la santé consacrée aux quatre éléments : l'eau, la terre, l'air et le feu. Ces éléments indispensables à la vie, permettent d'aborder au travers de plusieurs disciplines différents thèmes de santé.

Destiné aux enseignants des classes de CE2, CM1 et CM2, ce coffret :

- propose différentes activités de classe, fonctionnant indépendamment les unes des autres, que l'enseignant peut utiliser en fonction de ses objectifs pédagogiques, de sa classe, et du temps qu'il souhaite consacrer à ce sujet.
- mobilise différentes disciplines : sciences de la vie et de la Terre, langue orale ou écrite, découverte du monde, éducation civique, géographie...
- aborde différents thèmes, inscrits dans les programmes des classes de CE2, CM1 et CM2, au travers de l'élément « terre » afin de promouvoir la santé en milieu scolaire : la terre que l'on cultive pour se nourrir, la terre que les hommes doivent partager, la terre qui nous offre des reliefs et des paysages variés. C'est dans la terre que germe la vie, c'est aussi la terre qui nous ensevelit. Et c'est elle qui garde la trace des civilisations passées.

Ce coffret s'inscrit dans une démarche de promotion de la santé, dont le but est de donner aux individus davantage de maîtrise de leur propre santé et davantage de moyens de l'améliorer. Être en bonne santé, signifie que l'on se sent bien : dans son corps, dans sa tête, dans ses relations à autrui, dans son environnement, dans son école... Ainsi, une bonne santé favorise les apprentissages et contribue à l'amélioration des résultats scolaires.

Plusieurs textes de l'Éducation nationale encadrent la promotion de la santé et l'éducation pour la santé en milieu scolaire, en effet la Promotion de la santé est reconnue et réaffirmée dans La loi n°2013-595 du 8 juillet 2013 d'orientation et de programmation pour la Refondation de l'école de la République qui mentionne dans l'article 6 que « ces actions favorisent notamment leur réussite scolaire et la réduction des inégalités en matière de santé ». Elle se retrouve également dans le « socle commun de connaissances et de compétences et de culture », en cours de redéfinition. Il rassemble l'ensemble des connaissances, compétences, valeurs et attitudes nécessaires pour réussir sa scolarité, sa vie d'individu et de futur citoyen. Le coffret « Léo et la terre » permet de travailler certaines des compétences du socle commun de connaissances, de compétences et de culture à savoir, la maîtrise de la langue française, les principaux éléments de mathématiques et de culture scientifique, la maîtrise des techniques usuelles de l'information et de la communication ou encore les compétences sociales et civiques.

Conçu par un groupe de travail associant professionnels de la promotion de la santé, enseignants, médecins et infirmières de l'Éducation nationale, auteurs et illustrateurs de livres pour enfants, spécialistes de la nutrition, Léo et la terre permettra d'accompagner les enfants sur les chemins de la santé dans leur parcours de vie.

## Objectifs et contenu

Les coffrets pédagogiques édités dans la collection *Les chemins de la santé* s'inscrivent dans une démarche de promotion de la santé et poursuivent trois finalités éducatives :

- développer le respect de soi-même et l'**autonomie**,
- promouvoir le respect d'autrui et la **solidarité**,
- sensibiliser au respect et à la protection de l'**environnement**.

Les activités proposées permettront donc aux enfants d'acquérir des connaissances mais elles les aideront aussi à prendre soin d'eux-mêmes, à mieux vivre ensemble et à assumer des responsabilités\*.

Vous trouverez dans ce coffret :

- **un guide pour l'enseignant**,
- **un livret pour chaque enfant dont les quatre pages centrales sont à emporter à la maison pour inciter à un dialogue avec les parents**,
- **une frise composée de cinq panneaux pour décorer la classe**,
- **un jeu collectif**,
- **des documents d'évaluation**.

Les modalités d'utilisation du coffret sont souples et variées. Chaque enseignant pourra y consacrer plus ou moins de temps et utiliser les différents éléments aux moments qui lui sembleront les plus adéquats. Néanmoins, dans une perspective d'éducation pour la santé, on évitera les interventions ponctuelles. On intégrera autant que possible les animations proposées à un projet de classe ou d'établissement. Plusieurs activités sont conçues pour associer d'autres adultes à ce travail : les collègues enseignants, le personnel de santé scolaire, les parents, les responsables municipaux...

## Mode d'emploi

Tout le coffret est construit autour d'une histoire intitulée *Léo et la terre* qui comporte cinq chapitres se rapportant chacun à un thème. Léo et ses camarades vivent à la campagne. Un nouvel élève arrive dans la classe, il vient de la ville et les autres enfants vont lui faire découvrir toutes les ressources de la nature. L'histoire raconte également la vie quotidienne de ce groupe d'enfants : leurs amitiés, leurs jeux et leurs conflits.

À l'issue de chaque chapitre, plusieurs activités sont proposées. Certaines pourront être réalisées le jour même de la lecture, d'autres dans les jours qui suivent.

- Affichage sur le mur de la classe d'un panneau de la frise. Celle-ci sera complétée au fur et à mesure du déroulement de l'histoire, chaque panneau se rapportant à un chapitre.
- Organisation d'un débat avec les enfants à partir d'un événement relaté dans l'histoire.
- Activités nécessitant souvent peu de préparation et apparaissant dans le livret des enfants : jeux, tests, petites expériences. Les explications et les résultats sont indiqués dans le guide de l'enseignant.
- Activités plus importantes qui ne sont décrites que dans le guide de l'enseignant : sorties, enquêtes, production d'écrits. Celles-ci sont en rapport avec un chapitre de l'histoire mais peuvent être réalisées à n'importe quel moment du projet.

Le jeu collectif a été conçu pour permettre à chaque enfant d'y participer en fonction de ses goûts et de ses domaines de plus grande réussite. Il fait en effet appel à des capacités très diverses : mémoire, logique, adresse, dessin, mime, sport...

## Sommaire général du coffret

Thème	Chapitre	Activités du livret enfant	Activités du livret enseignant	Sujet de débat
De la terre à cultiver.	Les pommes de terre.	Le petit jardin. De la terre à la table.	Visite d'un lieu de transformation d'aliments.	Les autres se moquent de moi.
De la terre pour vivre.	Le père Léon.	Le petit forestier. Le petit collectionneur.	L'arbre généalogique.	J'ai perdu quelqu'un que j'aimais.
De la terre pour se nourrir.	La clé d'Arthus.	La machine à digérer. Vrai ou faux ?	Les aliments.	J'ai peur des contrôles.
De la terre pour grandir.	Le jour des frites.	Dans tous les sens ! Croques-tu énergétique ?	Les recettes. Enquête sur la restauration scolaire.	J'aime trop les bonbons.
De la terre à partager.	Pique-nique au château.	À la soupe !	Le tour du monde des tables.	À chacun son territoire.

Chaque activité ou débat fonctionne indépendamment des autres. L'enseignant pourra utiliser tout ou partie du coffret en fonction des enfants de sa classe et du temps qu'il souhaite consacrer au thème de la terre.

Le coffret fait appel à des disciplines très diverses : sciences de la vie et de la Terre, langue orale ou écrite, activités manuelles, géographie, découverte du monde, éducation civique...

Le sujet de la terre est donc traité de manière transversale. Chacun des cinq thèmes poursuit un certain nombre d'objectifs qui seront précisés au fil des pages de ce guide.

\*Pour fixer certains objectifs de ce coffret, les auteurs se sont notamment inspirés du programme suisse «Objectif grandir» (Mandat Plus Prévention, 1993).



### Les débats en classe : pourquoi ?

L'histoire racontée dans ce coffret met en scène un groupe d'enfants avec ses amitiés, ses conflits, ses rivalités. Un extrait de chaque chapitre a été choisi pour servir de prétexte à un débat. Les sujets proposés correspondent à des préoccupations fréquentes chez les enfants de ces âges-là.

Donner l'occasion aux enfants de s'exprimer, dans le cadre d'un débat bien structuré, sur des sujets qui les préoccupent ou qui concernent la vie de la classe, est intéressant à plusieurs titres en éducation pour la santé :

- La pratique du débat développe bien sûr les capacités d'écoute, d'expression et de communication.
- Les enfants prennent l'habitude de reconnaître et de respecter les différences individuelles. Ils apprennent à s'entraider et à résoudre, autrement que par la violence, les conflits qui surviennent au sein du groupe.
- Ils comprennent également que les sentiments qu'ils éprouvent sont universels. Que l'on soit enfant ou adulte, on a peur de certaines choses, on est mal à l'aise dans certaines situations, on éprouve parfois du plaisir en prenant des risques, on a du mal à tenir ses résolutions, à faire ce que l'on sait bon pour soi-même, à résister à la pression de ses pairs. C'est important que les enfants en prennent conscience pour qu'ils n'aient pas honte d'en parler et qu'ils ne développent pas une image dévalorisée d'eux-mêmes.
- Plus généralement, la discussion doit les aider à découvrir ce qui influence leurs opinions et leurs comportements.

### Les débats en classe : comment ?

L'organisation des débats gagne à respecter un certain nombre de règles pour que chacun (enseignant et enfants) se sente en sécurité pendant ces moments d'échanges.

À titre d'exemple :

- Le débat commence et se termine à une heure précise ; il a toujours à peu près la même durée.
- Le débat est une activité qui ne sera jamais notée.
- Il ne sera pas présenté comme une récompense ni supprimé par sanction.
- Le débat est un moment où chaque enfant peut parler de choses qui sont importantes sans être jugé, sans être puni, sans qu'on se moque de lui.
- Chacun est invité à intervenir, mais personne n'est obligé de prendre la parole.
- On n'interrompt pas celui qui parle.
- Quand on parle, on fait attention à ne pas être trop long.
- Ce qui est dit pendant le débat ne doit pas être répété à l'extérieur sans l'accord explicite de l'enfant concerné.

Il est important d'expliquer ces règles aux enfants et de les rappeler régulièrement. On n'oubliera pas, à la fin du débat, de remercier les élèves qui ont bien voulu faire part de leur expérience.

Les débats peuvent se faire en classe entière ou par demi-classe. Ils sont animés par l'enseignant seul ou accompagné d'un autre adulte : infirmière, médecin ou psychologue scolaire par exemple.

Dans ce guide, une grille de questions est proposée pour chaque thème de débat. Il conviendra bien sûr de l'adapter aux enfants et aux circonstances, mais il faudra toujours préparer à l'avance quelques questions pour relancer le débat en cas de besoin et éviter de trop grandes digressions.

Les grilles de débat proposées se terminent toujours par la référence à une feuille personnelle sur laquelle on propose aux enfants d'écrire quelque chose. C'est une manière de conclure. On était dans un temps d'échanges, de confidences, de partage d'idées personnelles, de réflexion collective ; avant de se quitter ou de passer à d'autres activités, on prend le temps d'un retour sur soi-même et on pense à un événement positif pour s'encourager, se donner confiance. Cette feuille se trouve dans le carnet personnel d'évaluation et pourra être utilisée de plusieurs manières : rester secrète pour chacun ou, par exemple, servir de base à une rédaction non notée.

chapitre 1 • De La terre à cultiver

# Le petit jardin

## Activité

### Les plantes

📖 page 5 du livret enfant

L'objectif de cette activité est de découvrir le rôle de la terre dans la production des aliments.

Les plantes ont besoin de la terre pour se développer. Elles y puisent l'eau et la nourriture indispensables à leur croissance. De même, sans soleil et sans air, rien ne pousserait.

#### 1 Les racines

Elles fixent la plante dans la terre et en retirent l'eau et les sels minéraux qui la nourrissent.

#### 2 La tige

Elle porte les feuilles, les fleurs et les fruits de la plante. Le tronc d'un arbre est une tige.

#### 3 Les feuilles

Elles transforment le gaz carbonique de l'air en carbone, dont la plante se nourrit. La plante rejette de l'oxygène.

#### 4 Les fleurs

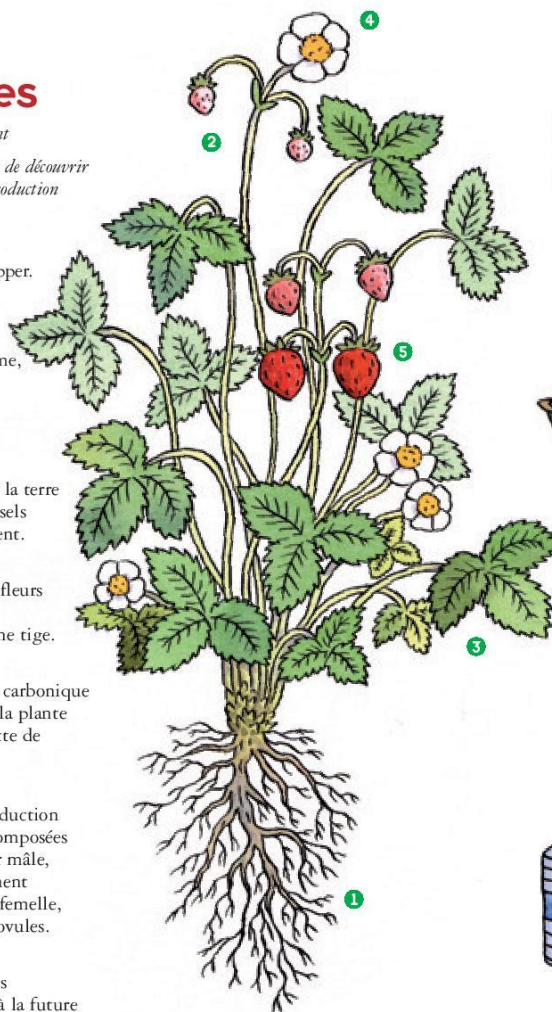
Elles permettent la reproduction de la plante. Elles sont composées d'un organe reproducteur mâle, les étamines qui contiennent le pollen, et d'un organe femelle, le pistil qui contient les ovules.

#### 5 Les fruits

Ils contiennent les graines qui donneront naissance à la future plante.

Pour faire pousser des plantes, on utilise des graines, comme pour le blé, ou des parties d'anciennes plantes, comme pour la pomme de terre. La partie que l'on mange peut être, selon la plante :

- la racine, pour la carotte ; la pomme de terre est plus précisément un tubercule
- la graine, pour le blé et le maïs
- la feuille, pour la salade et le cresson
- les fruits
- la tige, pour la rhubarbe et la blette.



### Matériel utilisé pour l'activité



- Une caisse en polystyrène par groupe d'élèves (la demander par exemple au poissonnier)



- Du terreau



- Un sachet de lentilles, un sachet de haricots secs, une pomme de terre par caisse, plusieurs sachets de graines de cresson



- Une bouteille plastique d'eau par caisse
- Des brochettes en bois longues, des petites bandes de papier et de la colle pour faire les étiquettes
- Un feutre

chapitre 1 ● De la terre à cultiver

Activité

De la terre à la table

pages 6-7 du livret enfant

Les objectifs de cette activité sont de découvrir les richesses produites par la terre et de prendre conscience des différents parcours des aliments, de leur production à leur consommation.

Solution

Il fallait relier dans l'ordre :

**En marron :**  
le champ de blé, la moissonneuse-batteuse, le silo à grains, la minoterie, la boutique du boulanger et le pain sur la table.

**En bleu :**  
la vache, le box de traite, le réservoir, le camion-citerne de la laiterie, la laiterie qui fabrique le yaourt, le camion frigorifique de la laiterie, la crémierie, le yaourt sur la table.

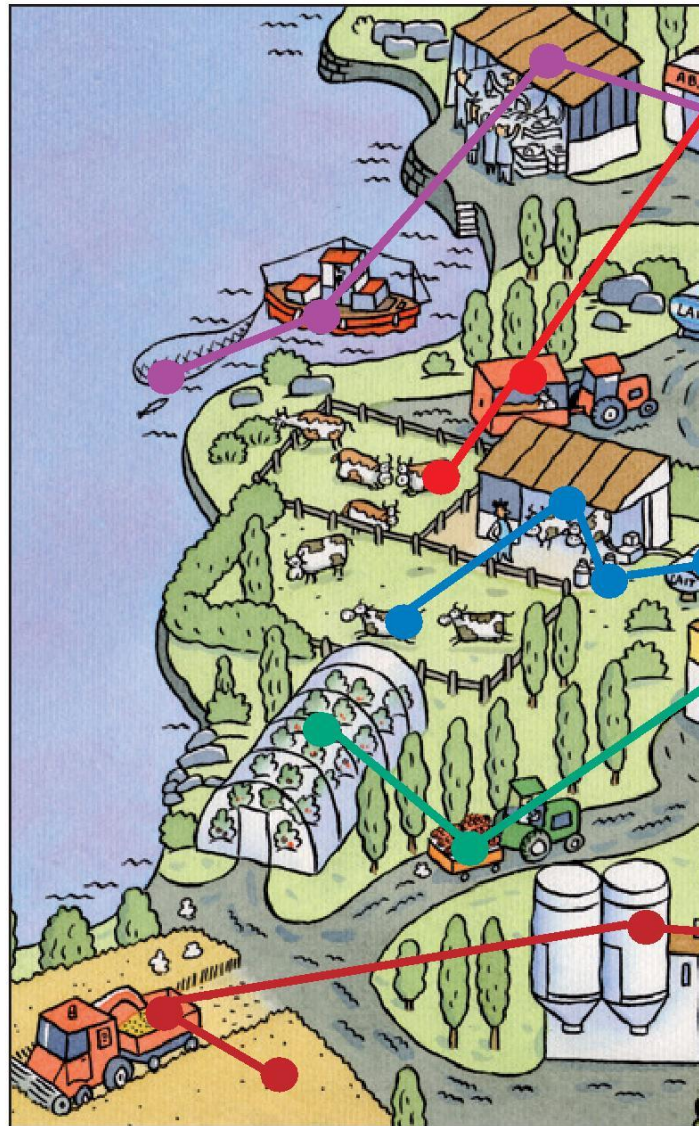
**En vert :**  
la serre du maraîcher, les palettes sur la remorque du tracteur, le M.I.N (Marché d'intérêt national), le camion frigorifique du primeur, la boutique des quatre saisons, la salade de tomates sur la table.

**En rouge :**  
la vache, la bétailière traînée par son tracteur, l'abattoir, le M.I.N., le camion frigorifique du boucher, la boucherie, le bifteck sur la table.

**En violet :**  
le poisson, le chalutier, la criée, le camion frigorifique du poissonnier, la poissonnerie, le poisson sur la table.

Il y a plusieurs façons de relier la terre à la table :

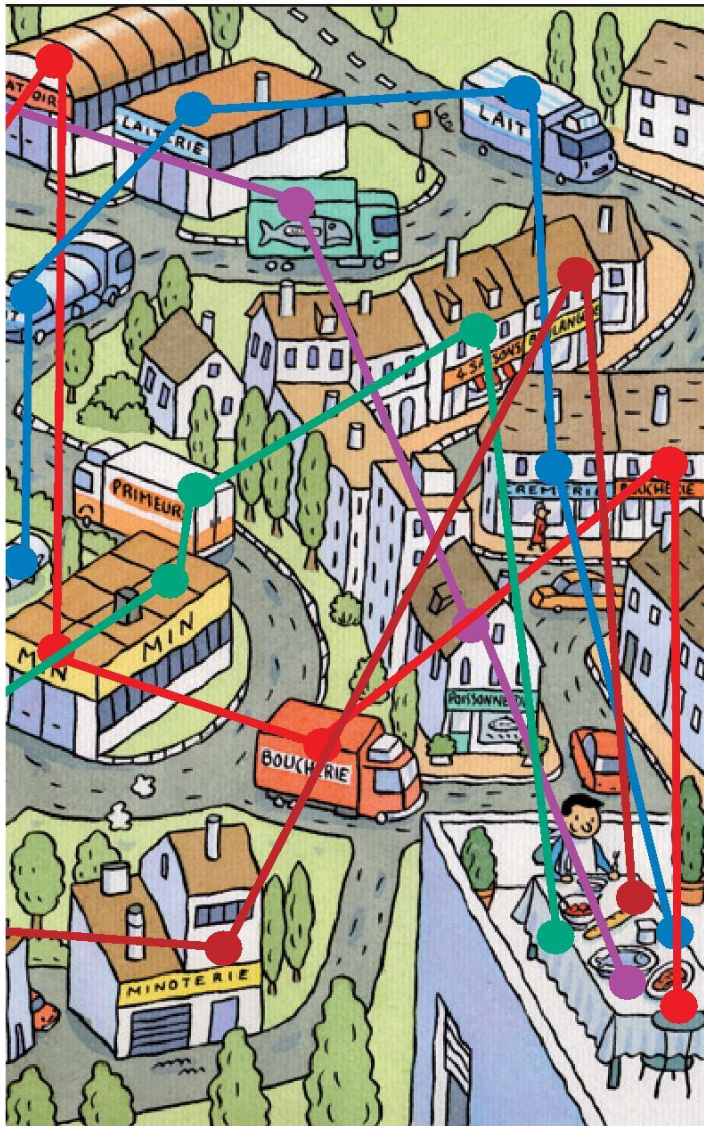
- par un circuit très court, où le consommateur produit lui-même l'aliment qu'il va manger (l'œuf que l'on va chercher dans son poulailler).



- par un circuit un peu plus long, où le producteur vend à un distributeur (les œufs que le fermier vend au crémier).
- par un circuit plus compliqué, où le produit sera transformé (les œufs sont vendus à une coopérative

qui les revend à un fabricant de crème caramel que l'on achète au supermarché). Les industries qui transforment les produits de la terre s'appellent les industries agro-alimentaires.

## IV. Dispositifs Léo et Léa, INPES



### **le camion frigorifique**

permet de transporter, à température adaptée et sans les abîmer, les produits de la terre les plus fragiles.

### **la moissonneuse-batteuse**

machine qui permet à l'agriculteur de faucher le blé et de séparer les grains de la paille.

### **la serre du maraîcher**

hangar en verre, à température contrôlée, où les fruits et légumes poussent plus vite qu'à l'air libre.

### **le M.I.N.**

le Marché d'intérêt national est l'endroit où les producteurs (agriculteurs) vendent aux distributeurs (bouchers, primeurs, supermarchés...).

### **la criée**

marché où le pêcheur vend son poisson aux poissonniers.

### **le chalutier**

bateau qu'utilise le pêcheur quand il pêche au chalut (une sorte de filet).

### **le box de traite**

bâtiment où l'on traite les vaches à l'aide d'une trayeuse électrique.

### **la laiterie**

usine où le lait est conditionné ou transformé en fromage, en yaourt, en beurre, en crème...

### **le silo à grains**

endroit où l'on stocke le blé.

### **la minoterie**

on y moule de grandes quantités de blé pour faire la farine qui sera livrée aux boulangers.

## chapitre 1 ● De la terre à cultiver

### Activité

#### Visite d'un lieu de transformation d'aliments

*Objectif de cette activité : découvrir les différentes transformations subies par les aliments avant d'être consommables ou pour augmenter leur durée de conservation avant d'être disposés sur les lieux de vente.*

#### Le choix de la visite

Nous vous suggérons quelques exemples de lieux de transformations :

- artisanales : fromagerie, boulangerie, etc ;
- plus industrielles : conserverie, usines de fabrication de soupes, de sauces, de plats cuisinés, d'aliments déshydratés, d'huiles, etc.

À noter : pour les industries agro-alimentaires, vous pouvez en général obtenir les renseignements nécessaires en contactant leur service communication et/ou consommateurs.

Découvrir des maraîchers, observer un marché ou une grande surface, sont également des visites possibles pour avoir une vue plus globale et plus complète des différentes étapes.

#### Comment la préparer ?

Avant la visite, les élèves auront préparé avec vous une liste de questions à poser. Exemples :

- D'où proviennent les aliments ?
- Quels types et quelles quantités de matières premières sont traitées chaque jour (matières premières, produits finis, déchets) ?
- Quelles transformations subissent les aliments ? Lavage, tri, épluchage, découpage, cuisson (quel type ?), congélation, emballage (quel type ?), etc.
- Combien de temps dure la transformation des aliments ?
- L'usine fonctionne-t-elle toute l'année ?
- L'usine fonctionne-t-elle jour et nuit ?
- Les produits sortants sont-ils des produits finis ou des produits intermédiaires ?
- Comment est contrôlée la qualité des aliments ?
- Vers quelles destinations partent les aliments transformés ?

Proposez aussi aux enfants d'emporter un appareil-photo.

#### Et après ?

Après la visite, vous pouvez répartir la classe en groupes, chacun étant chargé de traiter une étape de la visite et de la retranscrire sous la forme d'un panneau. L'ensemble des panneaux peut former une exposition à montrer aux autres classes ou aux parents.

Chaque groupe peut aussi présenter son reportage à l'ensemble de la classe. Vous pouvez également faire travailler les élèves sur l'étiquetage des produits alimentaires. La loi oblige, dans le cas de produits préemballés, à préciser le nom du produit, la composition (dont les ingrédients allergènes), la quantité nette, le nom du fabricant, du conditionneur ou distributeur, la date limite d'utilisation optimale, la date limite de consommation, le code-barres, le numéro du lot de fabrication, le mode d'emploi et les conditions particulières de fabrication.

À partir d'étiquettes rapportées de chez eux ou de l'usine, faites-leur retrouver ces différentes caractéristiques.

### Débat

#### Les autres se moquent de moi

*«Comme il vient de la ville, Arthus ne sait rien de la campagne. Mais il est assez bon en classe. Un jour, dans un champ, Tom lui demande de ramasser des pommes de terre. Arthus ne les trouve pas car il ne sait pas qu'elles sont enfouies dans le sol. Il s'assied par terre et se met à pleurer. Quelques jours plus tard, Tom raconte cette histoire en classe. Tous les élèves éclatent de rire et se moquent d'Arthus.»*

D'après vous, que ressent Arthus à ce moment-là, quels sentiments éprouve-t-il ?

Que pensez-vous de l'attitude des autres enfants ?

Pourquoi se moquent-ils d'Arthus ?

D'une façon plus générale, quelles sont les raisons pour lesquelles on se moque parfois des autres ?

Vous est-il déjà arrivé que l'on se moque de vous ?

Pour nous aider à réfléchir, est-ce que l'un d'entre vous pourrait raconter ce qui lui est arrivé ?

- Comment as-tu réagi ?

- Si un autre enfant avait été dans la même situation, est-ce que tu penses que tu te serais moqué de lui ?

Est-ce que l'un d'entre vous a très souvent l'impression que les autres se moquent de lui ?

- Peux-tu nous en dire un peu plus ?

- À propos de quoi as-tu l'impression que les autres se moquent toujours de toi ?

- Est-ce que tu en souffres ?

Comment pourrions-nous l'aider ?

Renoncez-vous à faire ou à dire certaines choses par peur que les autres se moquent de vous (prendre la parole en classe, porter certains vêtements...) ?

Avez-vous parfois le sentiment que les adultes se moquent de vous ?

Pensez-vous qu'à l'âge adulte on craint encore la moquerie des autres ?

#### Conclusion et prolongement

Je vous remercie de ces témoignages qui nous ont permis de réfléchir et qui vous aideront sûrement à mieux vivre ensemble. Nous avons parlé de la moquerie. Il y a aussi des moments où les autres vous encouragent et même vous félicitent. Je voudrais que chacun d'entre vous réfléchisse pendant quelques minutes et décrive sur sa feuille personnelle une circonstance au cours de laquelle les autres l'ont félicité.

chapitre 2 ● De la terre pour vivre

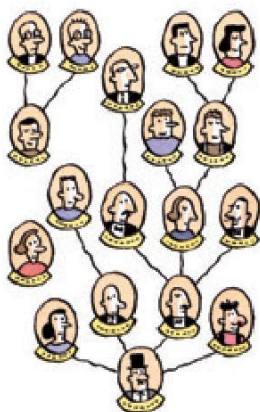
# Le cycle de la vie

## Activité

### L'arbre généalogique

L'objectif de cette activité est de parler du cycle de la vie, de la naissance à la mort.

Chaque élève est chargé de reconstituer, avec l'aide de ses parents, la généalogie de sa famille : les noms, prénoms, dates de naissance, l'âge actuel ou la date du décès des trois générations précédentes. Il peut ensuite remplir l'arbre généalogique (photocopie de la page suivante) avec ces données. À partir de ces documents, il convient de dire aux enfants qu'il existe beaucoup de familles différentes. On peut aussi faire le lien entre les histoires familiales et quelques événements historiques ou techniques. Exemples : apparition dans les ménages des appareils ménagers, évolution de la consommation alimentaire, de la corpulence, etc.



## Débat

### J'ai perdu quelqu'un que j'aimais



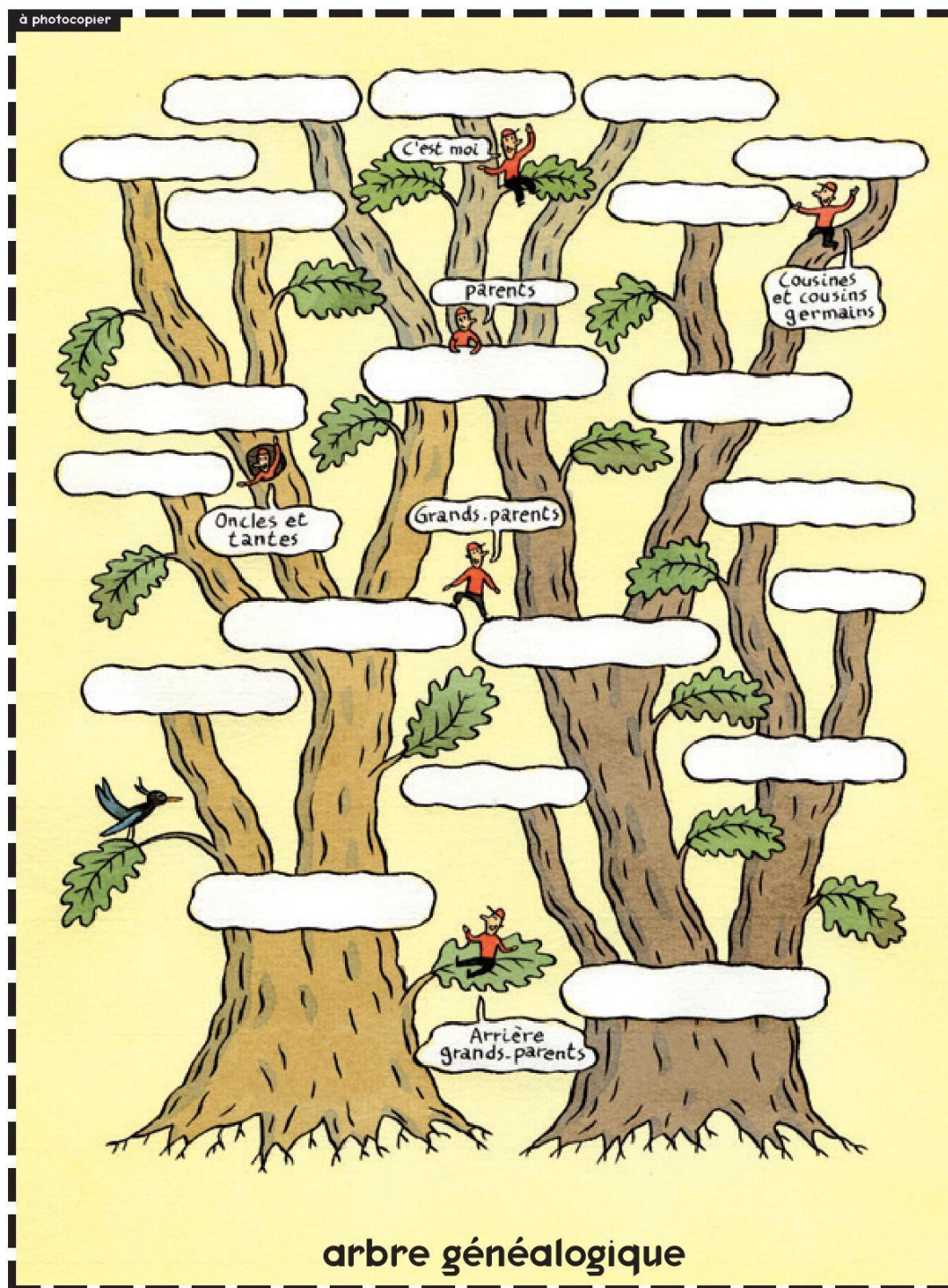
«Le vieux père Léon est mort. C'était le grand-père de Violette. Il avait appris quelque chose à tout le monde dans le village. C'est pour ça qu'au cimetière, le jour de son enterrement, il y a beaucoup de monde. Artbus n'est pas rassuré parce que c'est la première fois qu'il va à un enterrement et qu'il voit un cercueil descendre dans la terre, avec les fleurs et tous ces gens qui ont l'air triste. Il ne sait pas quoi dire à Violette.»

Vous est-il déjà arrivé d'assister à un enterrement ?  
Est-ce que cela ressemblait à la scène décrite dans l'histoire ?  
Pour nous aider à réfléchir, l'un d'entre vous pourrait-il nous raconter ce qu'il a vécu ?  
- Peux-tu nous décrire ce que tu as ressenti si ce n'est pas trop difficile pour toi ?

- Est-ce que tu étais triste ?
- Est-ce que tu as pu parler avec d'autres gens de ta tristesse ou de la leur ?
- Est-ce que tu t'es senti très seul ou bien les autres t'ont-ils aidé ?
- Quelles sont selon vous les choses que l'on peut dire ou faire pour aider quelqu'un dans ces cas-là ?
- Pensez-vous que les adultes et les enfants soient tristes de la même façon ?
- Certains adultes ont très peur de faire du mal aux enfants en leur annonçant la mort d'un proche : ils préfèrent ne pas leur dire tout de suite, ou ne pas les emmener à l'enterrement.
- Qu'en pensez-vous ?
- Si c'est arrivé à l'un d'entre vous, peut-il nous en parler, nous dire ce qu'il a ressenti ?

#### Conclusion et prolongement

Je vous remercie de vos témoignages qui nous ont permis de réfléchir et qui nous apprennent comment nous entraider dans les situations difficiles. Nous avons parlé de la mort de personnes qui nous sont proches. D'autres choses dans la vie peuvent nous rendre très tristes. Beaucoup de choses aussi peuvent nous rendre heureux. Je voudrais que chacun d'entre vous réfléchisse pendant quelques minutes et décrive sur sa feuille personnelle un événement qui lui a fait beaucoup de peine et un autre événement qui lui a procuré une grande joie.



chapitre 2 ● De la terre pour vivre

# Le petit forestier

## Activité

### Découvrir la forêt

pages 11-12 du livret enfant

L'objectif de cette activité est de parler du cycle de la vie par l'observation de la faune et de la flore.

Rien de tel que de s'y promener ! Mais au retour, il faudra classer sur des grands panneaux tous les petits trésors qu'on aura découverts, ...

### Avant la promenade, il faut prévoir :

- un appareil-photo,
- une grande enveloppe en papier par élève,
- des crayons à papier, des gommes,
- des feuilles de papier, une planchette rigide pour servir de support,
- un mètre de couturière.

### Les panneaux-découvertes :

- de grandes feuilles de papier,
- des sachets en cellophane agrafés pour mettre les objets en volume,
- des feuilles et objets fixés avec du papier adhésif double-face,
- le nom de l'arbre au marqueur.

### Les mots de la forêt

#### La futaie

C'est l'ensemble des plus hauts arbres de la forêt qui sont nés de graines semées ou qui ont été plantés.

#### Les taillis

C'est l'ensemble des arbres encore petits et des arbres qui ont repoussé à partir d'une souche.

#### La clairière

C'est une partie sans arbres de la forêt.

#### Les sous-bois

Ce sont les arbres naturellement petits de la forêt, et qui le resteront.

#### Les allées forestières

Ce sont les chemins larges dans la forêt. Elles servent aussi à arrêter les feux.

Il est également possible d'observer la végétation de façon similaire dans un verger.





chapitre 3 ● De la terre pour se nourrir

# La machine à digérer

## Activité

### Le parcours des aliments

📖 page 21 du livret enfant

L'objectif de cette activité est de comprendre le devenir des aliments à l'intérieur du corps, après leur ingestion.

Individuellement, chaque enfant essaie de retrouver l'ordre des organes de la digestion. Dans un premier temps, il écrit ses réponses avec un crayon de papier dans les cases destinées à cet usage.

Avec l'ensemble de la classe : vous pourrez reprendre le schéma et aider les enfants à retrouver l'ordre logique des éléments.

### Pour plus d'explications

Avant de goûter l'aliment, la sécrétion de la salive est augmentée par la stimulation des quatre autres sens (odorat, ouïe, vue et toucher). Se reporter au chapitre 4 du coffret.

#### 1 La bouche :

Elle comporte les dents et la langue. Les trois paires de glandes\* salivaires y déversent leurs sécrétions.

Le pain est broyé par les dents grâce à l'action des muscles de la mâchoire, humidifié et ramolli par la salive. Cette dernière contient une enzyme\*, l'amylase salivaire, qui commence la digestion\* de l'amidon cuit. L'amylase modifie la structure du pain ; une bouchée de pain mastiquée longuement a un goût qui devient sucré.

#### 2 L'œsophage :

Long tube lisse de 20 cm dans lequel les aliments ne font que passer, après la déglutition. Au bout se trouve le cardia, porte d'entrée de l'estomac, qui ne s'ouvre qu'au passage des aliments.

#### 3 L'estomac :

Poche élastique pouvant contenir 1,5 litre. Ses parois musculaires permettent le brassage des aliments. Elles comportent des glandes qui sécrètent le suc gastrique (ou acide) ; les aliments sont broyés finement et acidifiés.

#### 4 Le foie :

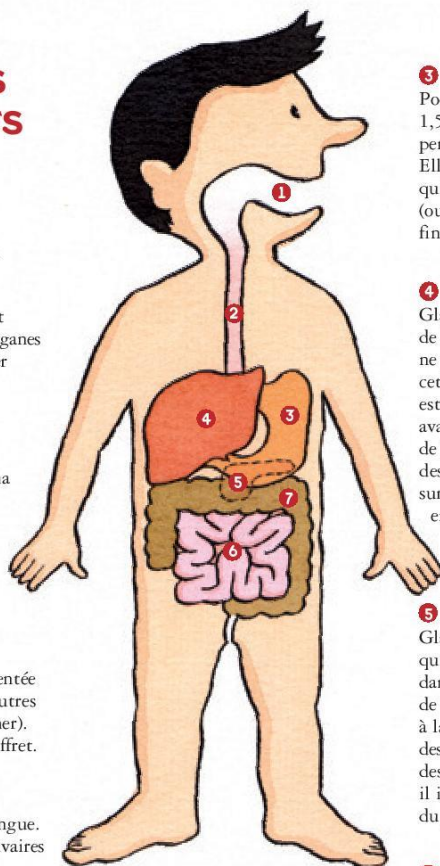
Glande la plus volumineuse de l'organisme. Les aliments ne passent pas directement par cet organe. Il fabrique la bile qui est stockée dans la vésicule biliaire avant d'être sécrétée à la sortie de l'estomac. Elle aide à la digestion des lipides\*, donc a peu d'action sur le pain qui est très pauvre en graisses. Le foie participe également à la régulation du glucose dans le sang.

#### 5 Le pancréas :

Glande en forme de feuille qui sécrète le suc pancréatique dans l'intestin grêle, à la sortie de l'estomac. Le pancréas participe à la digestion des aliments contenant des glucides\*, des lipides et des protéides\*. Comme le foie, il intervient dans la régulation du glucose dans le sang.

#### 6 L'intestin grêle :

Tube long de 7 à 8 mètres, replié sur lui-même, composé de trois parties : le duodénum, le jéjunum et l'iléon. La digestion s'y termine et les nutriments\* obtenus (protéides, lipides, glucides ainsi que les minéraux et vitamines) sont absorbés\* sur toute sa longueur : ils traversent la paroi, arrivent dans le sang et sont transportés dans toutes les parties du corps.



\* Se reporter au lexique page 11.

chapitre 3 ● De la terre pour se nourrir

**Lexique**

**absorption :**

passage des nutriments à travers les cellules de la paroi intestinale et déversement dans la circulation sanguine ou lymphatique.

**digestion :**

réduction des aliments. Elle commence dans la bouche et se fait principalement dans l'estomac et l'intestin grêle. Elle résulte d'un ensemble d'actions mécaniques et chimiques.

**enzyme :**

substance qui permet une réaction biochimique.

**glande :**

organe qui fabrique certaines substances (enzymes, hormones, etc.) et les déverse dans le tube digestif, dans le milieu extérieur, ou directement dans le sang.

**glucides ou sucres :**

combustibles les mieux adaptés au travail musculaire, ils fournissent de l'énergie. Il en existe deux "sortes" : les glucides simples (glucose, saccharose, fructose, lactose, etc.) et les glucides complexes (amidon).

**lipides ou graisses :**

ils apportent beaucoup d'énergie sous un faible volume et, selon leur origine, sont source de vitamines A ou E, ainsi que d'acides gras essentiels, éléments non synthétisés par l'organisme, devant obligatoirement être apportés par l'alimentation.

**nutriment :**

éléments assimilables par l'organisme, obtenus à la suite de la digestion des aliments.

**protéines ou protides :**

constituants de base de toutes les cellules vivantes. Elles servent à construire, entretenir et renouveler les tissus du corps. Elles sont constituées d'acides aminés, dont certains sont indispensables ou essentiels à l'organisme qui ne sait pas les fabriquer.

**7 Le côlon (ou gros intestin) :**

Tube de gros diamètre (5 à 6 cm) dans lequel se termine l'absorption des aliments et surtout celle de l'eau. À la fin du parcours digestif ne restent que les déchets (dont les fibres) : ils sont collectés puis excrétés à travers l'anus.

# Les aliments

**Activité**

*L'objectif de cette activité*

*est de comprendre les liens qui existent entre l'alimentation et la vie.*

*Ce sont ces liens qui dictent les besoins alimentaires. Vous trouverez différents éléments vous permettant de parler avec vos élèves des aliments, de leurs groupes, ainsi que des repas.*

**Chercher les groupes**

Avant d'apporter des informations complémentaires aux enfants, il est intéressant de leur permettre d'exprimer ce qu'ils savent et la façon dont ils se représentent les choses. C'est la raison pour laquelle nous vous suggérons d'organiser l'activité de la manière suivante :

- En classe entière, vous demandez aux élèves de citer tous les aliments qui leur passent par la tête. Vous les inscrivez au tableau.

- Vous répartissez les élèves en petits groupes et vous leur demandez de trouver une façon pratique de classer tous ces aliments.

- Si vous leur donnez un exemple de classification, prenez un autre domaine que l'alimentation afin de ne pas orienter leur choix.

"Vous avez trouvé un grand nombre d'aliments : je voudrais maintenant que vous les sépariez en plusieurs groupes. Il existe plusieurs façons de classer les choses : s'il s'agissait de vêtements, on pourrait les ranger par leur taille, leur couleur, leur tissu ou selon la saison à laquelle on les utilise... Pour les aliments choisissez le classement qui vous paraît le plus simple".

- À tour de rôle chaque groupe présente sa classification à l'ensemble de la classe. Le but n'est bien sûr pas de découvrir la "meilleure"

classification mais de réfléchir aux avantages et aux inconvénients de chaque proposition.

- Vous pouvez alors enrichir les connaissances des enfants en leur présentant une classification basée sur le rôle des aliments dans le corps (le tableau figurant à la page 13 vous donne des informations complémentaires ; il n'est pas directement destiné aux élèves). Vous comparerez cette classification à celles proposées par les enfants : ce qu'elle apporte de plus, ce qu'elle ne prend pas en compte...

Ce système de classement en six groupes plus les boissons permet de varier les aliments tout en couvrant l'ensemble des besoins de l'organisme ; ceci à condition de consommer chaque jour des aliments de chacun des groupes, selon les repères donnés par le Programme national nutrition-santé (PNNS, voir tableau des repères page 14). De façon pratique, l'équilibre alimentaire se fait le plus souvent sur l'ensemble de la semaine.

Le sucre et les produits sucrés (groupe rose) ne sont pas indispensables pour couvrir les besoins nutritionnels. Ils sont synonymes de plaisir et de douceur, particulièrement à cet âge-là, et leur consommation doit être limitée et réservée à des moments de fêtes.

- Photocopiez page 15 la demi-page "À table" et distribuez-en un exemplaire à chaque élève.

chapitre 3 • De la terre pour se nourrir

# Les aliments

Activité

## Des aliments aux nutriments

📖 page 22 du livret enfant

Le questionnaire peut être utilisé en fin d'activité. Voici les réponses :



1. **Vrai** : il y a beaucoup de vitamine A, indispensable à la vision, dans les fruits et légumes de couleur jaune orangé. Il y en a aussi en grande quantité dans les produits laitiers non écrémés et dans les matières grasses issues du lait (crème fraîche et beurre).



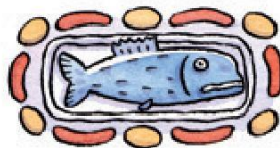
2. **Faux** : la soupe est un plat peu calorique qui rassasie. Elle donne une sensation d'avoir bien mangé grâce aux fibres des légumes qu'elle contient et, en plus, elle permet de manger des légumes de façon agréable.



3. **Vrai** : pour couvrir tous les besoins alimentaires, trois repas sont indispensables à tous les âges. Pour les enfants et pour certains adultes, une collation est nécessaire afin de couper la longue période qui sépare le déjeuner du dîner. Prendre un goûter évite souvent le grignotage.



4. **Vrai** : ces aliments sont riches en vitamines (que notre organisme ne sait pas fabriquer) et en minéraux qui aident notre organisme à se défendre contre certaines agressions. Les fibres qu'ils contiennent ont aussi un rôle fonctionnel indispensable. Leur consommation régulière protège de certains cancers. Il est important de consommer 5 portions de fruits et légumes par jour, crus ou cuits, frais, en conserve ou surgelés.



5. **Vrai** : la viande, les poissons et les œufs contiennent des protéines qui permettent la construction et l'entretien du corps. Ils font partie du même groupe d'aliments. Il est important de consommer de la viande, du poisson ou des œufs une à deux fois par jour.



6. **Faux** : l'eau est la boisson la plus désaltérante, c'est-à-dire qui satisfait le plus la soif. Quand il fait très chaud, il est préférable de boire de l'eau. De plus, trop de boissons sucrées peuvent faire grossir.



7. **Vrai** : l'organisme, à jeun depuis la veille, consomme de l'énergie en permanence, y compris pendant les heures de sommeil. En cas d'absence de ce repas, aucune nourriture n'est absorbée pendant plus de la moitié de la journée (16 heures), ce qui déséquilibre les principaux rythmes biologiques.



8. **Faux** : notre corps contient plus de 60 % d'eau. Notre besoin quotidien est d'au moins 1,5 litre d'eau, en plus de l'eau contenue naturellement dans les aliments.



9. **Vrai** : l'intérêt principal des produits laitiers est leur richesse en calcium, nécessaire à la croissance des enfants et à la solidité de leurs os. Ils apportent également des protéines, utiles elles aussi pour la solidité des os mais surtout aux muscles. Consommer un produit laitier à chaque repas participe à un bon équilibre alimentaire.



10. **Vrai** : les pâtes sont riches en glucides complexes, source d'énergie stockable et disponible au fur et à mesure des besoins. Elles font partie du groupe des féculents (pain et autres aliments céréaliers, pommes de terre et légumes secs). Il est important de consommer du pain ou autres féculents à chaque repas. Sans trop de beurre ou de matière grasse ajoutés, ils ne font pas grossir.

## chapitre 3 ● De la terre pour se nourrir

### Les groupes d'aliments

Les repères de consommation du PNNS avec ses différents groupes d'aliments permettent d'aborder l'équilibre alimentaire de façon concrète avec les enfants. Le code couleur proposé facilite la visualisation.










Couleurs	Groupes	Aliments	Principaux nutriments	Principaux rôles de ces nutriments
Vert	Fruits et légumes (crus ou cuits, frais, en conserve ou surgelés)	Carottes, haricots verts, poireaux, tomates, pommes, abricots, fraises, poires...	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vitamines et minéraux</li> <li>• Eau</li> <li>• Fibres</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Protection de l'organisme</li> <li>→ Régulation du transit intestinal</li> </ul>
Marron	Féculents*	Pain, pâtes, riz, semoule, pomme de terre, blé dur, légumes secs, céréales du petit-déjeuner	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Glucides complexes</li> <li>• Fibres, minéraux et vitamines</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Énergie pour l'activité musculaire et le cerveau</li> </ul>
Bleu	Lait et produits laitiers	Lait, fromage, yaourt, fromage blanc	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Calcium</li> <li>• Protéines</li> <li>• Vitamines B et A</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Formation du squelette et des dents</li> <li>→ Construction et entretien des tissus du corps</li> </ul>
Rouge	Viandes, poissons et produits de la pêche, oeufs	Steak, côtelette, poulet, thon, colin, saumon, sardine, raie, oeufs...	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Protéines</li> <li>• Fer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Transport de l'oxygène dans le corps</li> </ul>
Jaune	Matières grasses ajoutées	Huile, beurre, margarine, crème fraîche	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lipides faits d'acides gras essentiels (selon leur origine)</li> <li>• Vitamines A ou E</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Énergie «concentrée»</li> <li>→ Croissance des tissus</li> </ul>
Rose	Sucre et produits sucrés	Sucre, miel, confiture, bonbons, chocolat, sirop, soda, entremets...	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Glucose, fructose, glucides simples</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Énergie «rapide»</li> </ul>
Bleu clair	Boissons	Eau, tisane, infusion, bouillon de légumes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eau</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Hydratation</li> </ul>

\* : Pour des raisons pédagogiques, nous préférons utiliser le terme « féculents » dans ce tableau destiné à un public scolaire. Mais la dénomination exacte de ce type d'aliments pour le PNNS est : « Pain et autres aliments céréaliers, pomme de terre et légumes secs ».

## chapitre 3 ● De la terre pour se nourrir

### Les repères de consommation du PNNS\*

pour les enfants et les adolescents

Activité physique		Au moins l'équivalent d'une heure de marche rapide chaque jour	<ul style="list-style-type: none"> <li>À intégrer dans la vie quotidienne : l'activité sous toutes ses formes (marche, vélo, rollers, jeux d'extérieur, etc.), sports collectifs ou individuels...</li> <li>Limiter l'inactivité et les activités sédentaires (télévision, console de jeux ou ordinateur...)</li> </ul>
Fruits et/ou légumes		Au moins 5 par jour	<ul style="list-style-type: none"> <li>À chaque repas et en cas de petits creux</li> <li>Crus, cuits, naturels ou préparés</li> <li>Frais, surgelés ou en conserve</li> <li>Fruit pressé ou 1/2 verre de jus de fruits "sans sucre ajouté" : au petit-déjeuner ou au goûter</li> </ul>
Pain et autres aliments céréaliers, pommes de terre et légumes secs		À chaque repas et selon l'appétit	<ul style="list-style-type: none"> <li>Privilégier la variété : pain, riz, pâtes, semoule, blé, pommes de terre, lentilles, haricots, etc. (y compris le pain complet et les autres aliments céréaliers complets)</li> <li>Préférer les céréales de petit déjeuner peu sucrées, en limitant les formes très sucrées (céréales chocolatées, au miel) ou particulièrement grasses et sucrées (céréales fourrées)</li> </ul>
Lait et produits laitiers		3 ou 4 par jour (ou 4 en fonction de la taille de la portion et de leur richesse en calcium)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jouer sur la variété</li> <li>Privilégier les produits nature et les produits les plus riches en calcium, les moins gras et les moins salés : lait, yaourt, fromage blanc, etc.</li> </ul>
Viandes, poissons et produits de la pêche, œufs		1 à 2 fois par jour	<ul style="list-style-type: none"> <li>En quantité inférieure à l'accompagnement constitué de légumes et de féculents</li> <li>Si 2 fois par jour, donner en plus petites portions à chaque repas</li> <li>Privilégier la variété des espèces et les morceaux les moins gras (escalopes de veau, poulet sans peau, steak haché 5 % MG...)</li> <li>Limiter les formes frites et panées</li> <li>Poisson : au moins 2 fois par semaine, frais, surgelé ou en conserve</li> </ul>
Matières grasses ajoutées		Limiter la consommation	<ul style="list-style-type: none"> <li>Privilégier les matières grasses végétales (huile d'olive, de colza, etc.)</li> <li>Favoriser la variété</li> <li>Limiter les graisses d'origine animale (beurre, crème...)</li> </ul>
Produits sucrés		Limiter la consommation	<ul style="list-style-type: none"> <li>Attention aux boissons sucrées (sirops, sodas, boissons sucrées à base de fruits et nectars) et aux bonbons</li> <li>Attention aux aliments gras et sucrés (pâtisseries, viennoiseries, crèmes dessert, chocolat, glaces, barres chocolatées, etc.)</li> </ul>
Boissons		De l'eau à volonté	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'eau est la seule boisson recommandée au cours et en dehors des repas</li> <li>Limiter les boissons sucrées (sirops, sodas, boissons sucrées à base de fruits et nectars)</li> <li>Pas de boissons alcoolisées ni de pré-mix (mélanges de soda et d'alcool)</li> </ul>
Sel		Limiter la consommation	<ul style="list-style-type: none"> <li>Préférer le sel iodé et éventuellement fluoré</li> <li>Ne pas resaler avant de goûter</li> <li>Réduire l'ajout de sel en cuisinant et dans les eaux de cuisson</li> <li>Limiter la consommation de produits gras et salés : charcuteries les plus salées et produits apéritifs salés</li> </ul>

Source : Recommandation sur l'alimentation et l'activité physique pour les enfants et les adolescents. Saint-Denis : Inpes, 2004.

\* Ces repères correspondent aux objectifs nutritionnels du PNNS, Programme national nutrition-santé, qui est un programme de santé publique visant à améliorer la santé de la population en jouant sur un de ses déterminants majeurs, la nutrition.

## chapitre 3 ● De la terre pour se nourrir

### Débat

### J'ai peur des contrôles

"Monsieur Paul, l'instituteur, a annoncé aux enfants un contrôle de maths pour le lendemain. Pour y échapper, Bastien, Tom et Simon décident d'aller manger des poires vertes. Ils espèrent ainsi avoir la colique et être absents au moment du contrôle."

Que pensez-vous de leur attitude ?  
Vous avez sûrement tous un peu peur, certaines fois, d'être interrogés, de ne pas réussir un contrôle ou d'avoir un mauvais livret.

Pour nous aider à réfléchir est-ce que l'un d'entre vous pourrait nous décrire comment cela se passe pour lui ?

- Peux-tu nous décrire ce que tu ressens dans ces moments-là ?
- As-tu trouvé des moyens pour surmonter cette peur ?
- En parles-tu avec tes parents, avec tes copains ?
- As-tu l'impression que cette peur te fait plutôt rater le contrôle ou au contraire t'aide à donner le maximum de toi-même ?
- Ressens-tu cette peur à tous les contrôles ou seulement quand tu n'as pas assez révisé ou seulement pour certaines matières ?
- Et les autres, ressentez-vous les mêmes choses que lui ?

- Y-a-t-il d'autres raisons qui vous donnent parfois très envie de ne pas venir à l'école ?
- Quels sont au contraire les moments que vous appréciez à l'école et que vous ne voudriez surtout pas manquer ?

#### Conclusion et prolongement

Je vous remercie de vos témoignages qui nous ont permis de réfléchir ensemble et qui m'aident à mieux comprendre vos réactions.

Je voudrais maintenant que chacun d'entre vous réfléchisse pendant quelques minutes et écrive sur sa feuille personnelle les moments qu'il redoute le plus à l'école et les moments qu'il préfère.

à photocopier

**Menu**

Tomates en salade  
Poisson  
Haricots verts  
Yaourt  
Banane

*Menu*

Carottes râpées  
Steak  
Riz  
Compote de poires

**Menu**

Jambon  
Purée  
Fromage blanc  
Gâteau roulé

**À table !**

Ces menus ne sont pas bien équilibrés, tous les groupes indispensables ne sont pas représentés. À toi de trouver ce qui ne va pas et de le remplacer ou de l'ajouter. Tu peux t'aider de la liste pour des idées d'aliments.

**aliments à ajouter, au choix :**  
pêche, côte de porc, semoule, pommes de terre, poulet, fromage, ananas, jambon, pain, fromage, salade de fruits frais.

*Menu*

Pamplemousse  
Pâtes au fromage  
Pomme

chapitre 4 ● De la terre pour grandir

# Dans tous les sens !

## Activité

*L'objectif de cette activité est de découvrir l'importance et le rôle des cinq sens dans l'acte alimentaire. L'analyse par les sens permet d'approfondir son jugement face à un aliment et ainsi d'éviter une critique trop rapide, pas toujours fondée (j'aime ou je n'aime pas). Elle favorise également l'échange, avec les autres, des sensations perçues individuellement.*

### L'importance des sens

L'information sensorielle dicte en grande partie nos conduites alimentaires ; elle nous permet d'identifier l'aliment et de décider ou non de le manger, en fonction de notre expérience personnelle et des bases socioculturelles de chacun.

Les cinq sens interviennent dans l'alimentation ; le goût et l'odorat ont une importance particulière.

### Le goût

Il est composé de quatre saveurs - le salé, le sucré, l'acide et l'amer - qui sont perçues sur la langue (prédominance d'une saveur par rapport à une autre selon la zone de la langue) par des capteurs, les bourgeons du goût, situés sur les papilles.

### L'odorat

Son rôle est primordial dans l'appréciation du goût des aliments (en cas de rhume, les «*aliments n'ont plus de goûts*»). L'olfaction est la résultante de la perception des arômes (voie rétro-nasale) et des odeurs (voie nasale).

Les sensations auditives (par l'ouïe), les couleurs (par la vue) et la texture (par le toucher) participent également à la reconnaissance et à l'acceptation des aliments.

### Des activités pour chaque sens

Nous vous proposons une activité pour chaque sens. Vous pouvez en réaliser une ou plusieurs avec votre classe selon la préparation et le temps que vous souhaitez consacrer à la perception des aliments.

**La vue :** *Les élèves regardent dans leur livret la page 27.*

Ensemble, observez les photos l'une après l'autre. Pour chacune, vous pouvez leur poser les questions suivantes :

Est-ce que cette chose se mange ?

Vous donne-t-elle envie de la manger ? Pourquoi ? Goût, dégoût, description de l'aspect.

Qu'est-ce que c'est ?

Donnez-leur la réponse avant de passer à la photo suivante et demandez-leur s'ils sont ou non attirés par cet aliment.

**Réponses** (lecture de gauche à droite et de haut en bas) : orange, filet de saumon, pain, écorce d'ananas, coquille d'huître, feuille de salade, roquefort, entrecôte, peau de poulet.

### L'odorat :

Procurez-vous 10 petits flacons à fermeture hermétique (des flacons destinés au recueil des urines gratuitement en pharmacie).

Numérotez ces flacons et disposez au fond de chacun une petite quantité d'un aliment odorant coupé en petits morceaux ou écrasé : oignon, menthe (ou estragon, persil...), vinaigre, café, poivre, banane, sirop de fraise, vanille liquide, chocolat en poudre et morceau de lard fumé.

Si les flacons sont transparents, recouvrez-les d'un papier. Demandez aux élèves d'ouvrir rapidement un flacon, de sentir son contenu les yeux fermés, de le refermer puis de noter sur une feuille le numéro du flacon et l'aliment reconnu.

Chacun renouvelle dix fois cette manipulation.

Après avoir donné les bonnes réponses, proposez-leur de sentir à nouveau les aliments qu'ils n'ont pas identifiés.

### Le toucher :

Procurez-vous un sac en plastique ou en toile (une taie d'oreiller peut convenir) et une quinzaine de fruits et de légumes de formes et de textures variées. Placez les aliments dans le sac et demandez aux enfants d'en attraper un, de le décrire

et de trouver son nom avant de le sortir du sac.

### Le goût :

Procurez-vous un aliment représentant chacune des quatre saveurs : du citron pour l'acide, du miel pour le sucré, du cacao amer pour l'amer et du sel pour le salé.

Faites goûter les aliments aux enfants et demandez-leur de le décrire, d'en qualifier le goût.

### L'ouïe :

Un élève, caché derrière un rideau, manipule différents aliments ; les autres enfants doivent deviner le nom de l'aliment, simplement guidés par le son.

ex : manger une biscotte, verser de l'eau dans un verre, couper un aliment dans une assiette, éplucher une carotte, fouetter un liquide, faire tomber des lentilles, du riz ou des pâtes dans une casserole, etc.

## Activité

### Croques-tu énergique ?

 page 28 du livret enfant

*L'objectif de cette activité est de découvrir le rôle des aliments dans l'effort physique.*

### Réponses :

**1/b, 2/b, 3/a, 4/b, 5/a, 6/b, 7/b, 8/a**

- Avant l'effort, il vaut mieux privilégier les glucides complexes (pâtes, céréales, pains) aux glucides simples (bonbons, pâtisseries, soda).
- Il faut boire de façon régulière sans attendre d'avoir soif.
- Il faut bien se nourrir dès le matin et faire des pauses régulières. Il est préférable de boire de l'eau, car c'est elle qui désaltère le mieux.
- Il faut éviter de manger trop gras (frites, charcuterie...) et trop lourd. Il faut aussi varier les aliments et surtout ne pas bouder les légumes et les fruits frais, cuits ou secs.

Et ne pas oublier que l'essentiel, est de toujours manger avec plaisir dans le calme...

## chapitre 4 ● De la terre pour grandir

### Activité

## Les recettes

Les objectifs de cette activité sont :

- de découvrir des aliments nouveaux ;
- d'échanger avec les autres à propos des goûts et des habitudes alimentaires de chacun ;
- de vivre et de partager des moments de plaisir et de convivialité autour des repas.

### La chasse aux recettes

#### 1<sup>er</sup> temps, à la maison :

Chaque élève doit réaliser une fiche avec tous les éléments d'une recette originale qu'il apprécie en particulier. Il peut la décorer de dessins qui lui semblent adaptés. On peut aussi demander aux enfants de rechercher, avec l'aide des grands-parents, une recette ancienne.

Les éléments à trouver sont : le titre, le type de plat (entrée, viande, etc.), la température de consommation (chaud ou froid), le pays ou la région d'origine, le degré de difficulté, les temps de préparation et de cuisson,



les ingrédients pour 4 personnes, le matériel nécessaire, la préparation, le mode de cuisson, les astuces, des idées de décorations, une idée de menu pour accompagner cette recette.

#### 2<sup>e</sup> temps, en classe :

Faites lire les fiches des enfants qui ont proposé des recettes peu connues. Demandez aux autres ce qu'ils ressentent à l'écoute de ces explications : auraient-ils envie de goûter ces plats inconnus ?

#### 3<sup>e</sup> temps :

Avec l'ensemble des fiches, la classe peut fabriquer son livre de recettes. L'ordre de classement des fiches est selon le choix des enfants.

### À vos fourneaux !

Pour réaliser une ou plusieurs de ces recettes, les élèves doivent, d'abord faire la liste des ingrédients à acheter.

#### Exercice supplémentaire

Vous avez commandé des ingrédients pour 4 personnes. Si vous aviez à cuisiner pour 25 personnes, quelles seraient les quantités nécessaires ?

Nous vous suggérons de leur faire cuisiner des plats simples, mais demandant tout de même quelques manipulations : du pain, des yaourts, etc. Ne pas oublier de laisser la cuisine aussi propre qu'on l'a trouvée !

Profitez d'une occasion pour leur faire réaliser quelques recettes et invitez les parents à les déguster. Ces recettes seront bien sûr bien présentées et disposées sur une belle table. Insistez sur l'aspect convivial des repas, lieux d'échanges et de partages.

Se référer à la circulaire MEN n°2002-2004 (*La sécurité des aliments : les bons goûts*) qui indique les précautions à prendre et les gestes à respecter lors de ce type d'activités en classe. Pour des idées de recettes, il est possible de vous référer à la Fabrique à menus sur le site [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)

### Débat

## J'aime trop les bonbons

«Marie-Jeanne, la dame de la cantine, dit que ce n'est pas bon pour les enfants de manger trop de frites. Elle dit aussi que les légumes c'est bourré de vitamines, qu'on en a besoin pour grandir et que ce n'est pas dans les bonbons qu'on va les trouver.»

Les adultes disent souvent aux enfants qu'il ne faut pas manger trop de bonbons, de chocolat, de gâteaux : pensez-vous qu'ils ont raison ? Pourquoi ?

Est-ce que c'est facile de limiter sa consommation de sucreries ? Est-ce que, par exemple, vous êtes capables

de rester une semaine sans manger de bonbons ?

Pourrions-nous réfléchir ensemble à tout ce qui, dans la vie, pousse les enfants à manger des friandises ? (Pour mémoire : le plaisir, la publicité, leur emplacement à portée des enfants dans les magasins, leur aspect très attractif, les adultes qui en offrent pour récompenser ou consoler ou à l'occasion de certaines fêtes...)

D'une façon plus générale, y a-t-il des comportements ou des habitudes dont vous aimeriez vous débarrasser ?

Pour nous aider à réfléchir, l'un d'entre vous pourrait-il nous donner un exemple précis ?

- Pourquoi voudrais-tu changer cette habitude ?

- As-tu trouvé des petits moyens pour t'aider ?

- Est-ce que certaines personnes t'aident ?

Les autres, avez-vous des conseils à lui donner ? Comment pourrions-nous l'aider à résoudre son problème ? Pensez-vous que les adultes ont aussi du mal à changer certains de leurs comportements ou certaines de leurs habitudes même s'ils savent que ce n'est pas très bon pour eux ?

#### Conclusion et prolongement

Je vous remercie de vos témoignages qui nous ont permis de réfléchir. Nous avons parlé des friandises qui sont agréables à manger mais dont il vaut mieux ne pas abuser. Je voudrais maintenant que chacun écrive sur sa feuille personnelle les choses qui lui font vraiment plaisir dans la vie et qui sont bonnes pour la santé.



chapitre 4 ● De la terre pour grandir

# Enquête en restauration

## Activité

*L'objectif de cette activité est d'identifier tous ceux qui, dans l'établissement et dans la communauté, ont une responsabilité vis-à-vis des conditions de restauration à l'école, et de proposer des solutions pour les améliorer ou les maintenir.*

C'est un travail qui s'échelonne sur plusieurs semaines voire sur plusieurs mois.

L'activité pourra se dérouler en cinq étapes.

Il ne s'agit pas de faire croire aux enfants que l'on pourra résoudre magiquement tous les problèmes. On sera seulement attentif à ne pas passer sous silence les difficultés et les contradictions de l'école. Dans une démarche d'éducation pour la santé, il est essentiel de ne pas évoquer la seule responsabilité des élèves. Les enfants et plus tard les adolescents seront sensibles à cette honnêteté des adultes.

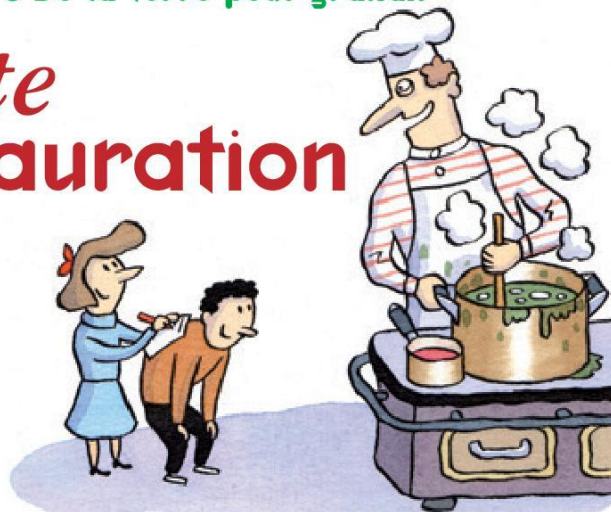
### 1. On exprime son point de vue

Pour organiser la réflexion, on considérera que les conditions de restauration concernent cinq domaines :

- la qualité des repas,
- la salle et le mobilier de restauration (décorer, niveau sonore...),
- l'organisation du service (durée des repas, self-service ou service à table, débarrassage...),
- les relations entre enfants,
- les relations entre adultes et enfants.

Répartis en petits groupes, les enfants doivent dire pour chaque domaine :

- ce qui leur plaît, ce qu'ils aiment ;
- ce qui ne leur plaît pas, ce qui leur pose problème ;
- qui, selon eux, pourrait améliorer la situation ou résoudre le problème ;
- de quelle manière ?



### 2. On écoute le point de vue des autres personnes de l'école

Chaque petit groupe (sauf un, qui réalisera l'étape 3) aura la responsabilité d'interroger une catégorie de personnes : d'autres enfants de l'école, des enseignants, des dames de service, des animateurs de la cantine, des parents, le médecin ou l'infirmière de l'école...

Les entretiens seront toujours structurés autour des mêmes questions que celles proposées aux enfants de la classe : ce qui plaît, ce qui vous gêne, ce qui pourrait améliorer la situation et de quelle manière.

Pour aider les enfants à rendre compte de ce qu'ils auront entendu, on leur conseillera d'utiliser un tableau.

### 3. On observe, on s'informe

Pour compléter l'enquête d'opinions, on proposera aux enfants d'observer les locaux, le déroulement des repas et de s'informer auprès du personnel de cuisine. On établira avec les élèves une liste de questions dont vous trouverez des exemples ci-après. Le travail du dernier petit groupe d'enfants consistera à répondre à ces questions.

Exemples de questions :

• *Sur la préparation des repas : les enfants pourront visiter la cuisine, interroger le chef de cuisine ou l'intendant.*

- Qui construit les menus ? Selon quels critères ? Existe-t-il une législation à respecter ?
- Qui passe les commandes ? À quelle fréquence ? Auprès de qui ?
- Les aliments sont-ils transformés sur place ou arrivent-ils prêts à être servis ?
- Combien de repas sont servis chaque jour ? Ce nombre pose-t-il problème ?
- Comment sont préparés les aliments ? Avec quels instruments ?
- Combien de personnes travaillent en cuisine ? Quelle est la fonction de chacune ?
- Reste-t-il des aliments à la fin du service ? Qu'en fait-on ?
- Combien coûte un repas ?
- Etc.

• *Sur l'aménagement des locaux et le déroulement des repas.*

- La salle de restauration est-elle décorée ?
- Existe-t-il des aménagements contre le bruit : nappes sur les tables, embouts de plastique sous les chaises, cloisons, pièges à bruit au plafond... ?
- Combien y a-t-il d'enfants par table ?
- Qui fait le service ? Les enfants y participent-ils ?

- Qui débarrasse et nettoie les tables ?
- Où se trouvent les adultes pendant le repas ? Comment interviennent-ils ?
- Y a-t-il des conflits entre les enfants ? À propos de quoi ?
- Combien de temps dure le repas d'un élève ?
- Les assiettes et les plats sont-ils vides à la fin du repas ?
- Etc.

### 4. On propose

Il s'agit de faire la synthèse des données recueillies.

- Quels sont les éléments positifs ?
- Quels ont été les problèmes évoqués ?
- Les solutions proposées paraissent-elles acceptables et réalisables ?
- Pour un même problème, les solutions proposées vont-elles toutes dans le même sens ou sont-elles contradictoires ?

- Devons-nous faire des démarches supplémentaires, par exemple rencontrer un représentant de la municipalité ?
- Certains problèmes sont-ils plus urgents ou plus faciles à résoudre ?

Ce travail pourra être préparé par des petits groupes, chacun ayant à faire la synthèse des problèmes de l'un des six groupes de personnes interrogées. Cette étape devra nécessairement s'achever en classe entière.

Les conclusions, positives et négatives, formulées en terme de propositions concrètes, seront présentées par voie d'affichage ou de courrier aux différentes catégories de personnes interrogées pendant l'enquête.

En fonction des problèmes identifiés, il sera peut-être nécessaire que des représentants de la classe

rencontrent plus « officiellement » tel ou tel responsable (de l'école, de la mairie, des associations de parents d'élèves...) pour lui soumettre les propositions.

### 5. On s'engage

Pour garder la trace de tout le travail réalisé et pour favoriser l'implication de chacun, on pourra rédiger une charte de la restauration à l'école.


« Pour que le repas soit un moment vraiment agréable, nous nous engageons, adultes et enfants, à respecter les règles suivantes... »

Cette charte sera proposée à la signature des enfants et des adultes qui déjeunent à l'école. Elle pourra être reproduite et illustrée sur des affiches apposées dans le restaurant.

## chapitre 5 • De la terre à partager

# À la soupe

### Activité

 page 33 du livret enfant

*L'objectif de cette activité est de découvrir la variété des aliments à travers le monde.*

Arto le Lapon préfère le bouillon de renne.  
Pino l'Italien préfère le minestrone.  
Victoria l'Espagnole préfère le gaspacho.  
Fatou la Congolaise préfère le potage aux noix de coco.  
Ivan le Russe préfère le bortsch.  
Florence la Française préfère la bouillabaisse.  
Aki la Japonnaise préfère le bouillon aux champignons.  
Mikis le Grec préfère le potage au yaourt.  
Liu le Chinois préfère la soupe aux vermicelles.  
Samia l'Algérienne préfère la chorba.

#### Le bouillon de renne :

les Lapons sont de grands éleveurs de rennes. Comme il fait très froid en Laponie, ils consomment ce bouillon très gras et très chaud.

#### Le minestrone :

dans cette soupe italienne, les légumes sont très nombreux et coupés tout petit. On y rajoute des pâtes et du parmesan.

#### Le gaspacho :

comme le climat est chaud en Espagne, cette soupe de tomates et de concombres est servie très froide, parfois avec des croûtons.

#### Le potage aux noix de coco :

il est préparé avec la pulpe et le lait de la noix de coco. Il est très pimenté !

#### Le bortsch :

c'est une soupe à la betterave et à la viande ou au poisson. On la sert généralement avec de la crème aigre !

#### La bouillabaisse :

c'est la reine des soupes de poissons ! On la prépare à Marseille avec des gros morceaux de poissons, de l'ail et du safran.

#### Le potage au yaourt :

appelé Tarato, ce potage mélange yaourt, poivrons, aubergines, ail et citron. Il se mange glacé.

#### Le bouillon aux champignons :

c'est un bouillon très léger qui débute le dîner au Japon. Il est servi dans un petit bol en bois laqué.

#### La soupe aux vermicelles :

c'est souvent le plat unique en Chine. On y trouve du poulet et des champignons noirs. Les vermicelles chinois sont très longs et transparents !

#### La chorba :

c'est par cette soupe au mouton et à la coriandre que l'on interrompt souvent le jeûne du Ramadan dans les pays musulmans. Avec un jus de citron, c'est délicieux !

chapitre 5 ● De la terre à partager

# Le tour du monde des tables

Activité

## Enquête culinaire

*L'objectif de cette activité est de prendre conscience de l'existence de modes alimentaires variés et d'en découvrir les raisons. Cette activité permet également de prendre conscience des différences de productions alimentaires des pays et de (re)voir certaines notions de géographie.*

Les élèves réaliseront par petits groupes une enquête sur la cuisine d'un pays qu'ils présenteront sous forme d'un panneau.

**Thèmes à aborder sur le panneau**

**La géographie du pays :**

- Où est-il situé ?
- Quel est son climat ?
- Quel est son relief ?
- Est-il bordé par des mers ?
- Lesquelles ?

**La culture de ses habitants :**

- De quelles religions sont-ils ?
- Cela influence-t-il leur façon de manger ?
- Quelles céréales cultivent-ils ?
- Comment ?
- Quels animaux élèvent-ils ?
- Comment ?
- Est-ce qu'ils pêchent ?
- Est-ce qu'ils chassent ?

**Quelles sont les coutumes de politesse, de savoir-vivre à table et autour des repas ?**

**Comment préparent-ils la nourriture ?**

- sur un feu, dans une cuisine, en plein air...

**Comment mangent-ils**

- Quand mangent-ils ?
- Quels sont les principaux repas de la journée ?
- Comment prennent-ils leurs repas ? (assis, à genoux, autour d'une table...)

**Que mangent-ils ?**

- Quel est le plat national ?
- Mangent-ils des choses que vous n'avez pas l'habitude de manger ?
- Leur façon de manger, a-t-elle été influencée par d'autres pays ?
- Trouvez un menu de tous les jours.
- Trouvez un menu de fête.
- Trouvez une recette.

Un conseil : choisissez des pays pour lesquels on trouve facilement de la documentation !



Débat

## À chacun son territoire

*«Les enfants font un match de foot devant le château. Quand Alex marque un but, Léo le prend dans ses bras pour fêter ça. Tom, qui joue dans l'équipe adverse, regarde Léo comme s'il n'était plus son copain».*

Qu'en pensez-vous ? Pourquoi Tom réagit-il ainsi ? Que ressent-il selon vous ?

Vous est-il déjà arrivé de vous sentir

ainsi trahi ou abandonné par un ami ?

Pour nous aider à réfléchir, l'un d'entre vous pourrait-il nous donner un exemple précis ?

- Comment as-tu réagi ?

- Est-ce que tu as pu en parler à cet ami ?

Dans d'autres domaines que l'amitié, est-ce que c'est facile de partager, par exemple la nourriture, ses jouets ou sa chambre ? Vous arrive-t-il de vous disputer avec vos copains ou avec vos frères et sœurs pour des problèmes de partage ?

Il y a aussi des choses que l'on garde pour soi tout seul, que l'on ne prête

pas aux autres ou qui sont secrètes. C'est normal, c'est notre territoire.

Est-ce que parfois vous avez l'impression que les autres ne respectent pas votre territoire ?

Dans ce cas, est-ce que vous arrivez à en parler, à vous défendre ?

**Conclusion et prolongement**

Nous avons parlé des difficultés du partage. Parfois on éprouve au contraire beaucoup de plaisir à partager. Je voudrais que chacun d'entre vous décrive sur sa feuille personnelle une situation où il a été heureux de partager quelque chose.

### Bibliographie

#### Quelques références sur la promotion de la santé et l'éducation pour la santé à l'école

ÉDUCATION À LA SANTÉ EN MILIEU SCOLAIRE, MISE EN PERSPECTIVE HISTORIQUE ET INTERNATIONALE. *Carrefours de l'éducation*, 2011/2, n° 32 : p. 105-127

ÉDUCATION À LA SANTÉ. *Les cahiers pédagogiques*, JANVIER 2012, Hors-série numérique, n° 24 : p. 5-112  
En ligne : [http://bu.univ-lorraine.fr/sites/bu.univ-lorraine.fr/files/revues\\_en\\_ligne/cahiers\\_pedagogiques-hs24-education\\_a\\_la\\_sante.pdf](http://bu.univ-lorraine.fr/sites/bu.univ-lorraine.fr/files/revues_en_ligne/cahiers_pedagogiques-hs24-education_a_la_sante.pdf)

AZZORIN J. C. ÉDUCATION À LA SANTÉ À L'ÉCOLE, LE CHAÎNON MANQUANT. *La revue de santé scolaire et universitaire*, 2010, n° 6 : p.12-24

BIZZONI-PREVIEUX C., MERINI C., JOURDAN D. ÉDUCATION À LA SANTÉ EN MILIEU SCOLAIRE : ENQUÊTE FRANCO-QUÉBÉCOISE. *La Santé de l'homme*, 2012, n° 421 : p. 40-42  
En ligne : <http://www.inpes.sante.fr/SLH/pdf/sante-homme-421.pdf>

BROUSSOULOUX S., HOUZELLE-MARCHAL N. ÉDUCATION À LA SANTÉ EN MILIEU SCOLAIRE – *Cboisir, élaborer et développer* un projet. Saint-Denis : INPES, 2006 : 139 p.  
En ligne : <http://www.inpes.sante.fr/esms/pdf/esms.pdf>

BROUSSOULOUX S., BERGER D., BRISTOL P., MORAND J. (COORD.) PROMOUVOIR LA SANTÉ DES ÉLÈVES DANS LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES, DOSSIER, *La Santé en action* n° 427 - mars 2014 : p. 14-43  
En ligne : <http://www.inpes.sante.fr/SLH/sommaires/427.asp>

DANGAIX D. LA PLACE DE L'ÉDUCATION À LA SANTÉ À L'ÉCOLE [INTERVIEW]. *La Santé de l'homme*, 2012, n° 420 : p. 54  
En ligne : <http://www.inpes.sante.fr/SLH/pdf/sante-homme-420.pdf>

DE BOCK C. LES CELLULES BIEN-ÊTRE À L'ÉCOLE. DOSSIER. *Education santé*, 2013, n° 294 : p. 2-7  
En ligne : <http://www.educationsante.be/es/article.php?id=1367>

DUCROS A., FOLKMAN M., LAURENT-BEQ A. LA PROMOTION DE LA SANTÉ EN

MILIEU SCOLAIRE : OÙ EN SOMMES-NOUS ? DOSSIER. *ADOSEN*, 06/2010, n° 168 : p. 5-17

MARKUS J. LA SANTÉ FAIT ÉCOLE, L'ÉCOLE FAIT LA SANTÉ. *Spectra*, 07/2013, n° 99 : p. 2-3

MERINI C., JOURDAN D., VICTOR P., BERGER D., DE PERETTI C. *Guide ressource pour une éducation pour la santé à l'école élémentaire*. Rennes : ENSP, 2004 : 204 p.

POMMIER J. L'ÉCOLE : UN MILIEU DE VIE PRIVILÉGIÉ POUR LA PROMOTION DE LA SANTÉ. *Priorités santé*, 2011, n° 31 : p. 14-15

ST-LEGER L., YOUNG I.M. BLANCHARD C. *Promouvoir la santé à l'école. Des preuves à l'action*. Saint-Denis : IUHPE, 2010 : 14 p.  
En ligne : [http://www.iuhpe.org/images/PUBLICATIONS/THEMATIC/HPS/Evidence-Action\\_FR.pdf](http://www.iuhpe.org/images/PUBLICATIONS/THEMATIC/HPS/Evidence-Action_FR.pdf)

VULBEAU A. EDUQUER ET PRÉVENIR : CE QUE FAIT L'ÉCOLE. DOSSIER. *Informations sociales*, 2010, n° 161 : 139 p.

SALAMON R., VAYSSETTE P. "FAIRE DE L'ÉDUCATION À LA SANTÉ À L'ÉCOLE". *Pr Roger Salamon, président du HCSP. Réseaux, santé & territoire*, 09/2012, n° 46 : p. 20-21

#### Quelques références sur la nutrition et l'activité physique

Costa-Prades B. *Guide nutrition pour les ados : J'aime manger, j'aime bouger. Le guide nutrition pour les ados*. Saint-Denis : Inpes, 2009 : 27 p.  
En ligne : <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/747.pdf>

MINISTÈRE DU TRAVAIL, DE L'EMPLOI ET DE LA SANTÉ. *Programme National Nutrition Santé 2011-2015*. Paris : Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Santé, 2011 : 63 p.  
En ligne : [http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/PNNS\\_2011-2015.pdf](http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/PNNS_2011-2015.pdf)

MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SPORTS, MINISTÈRE DE L'AGRICULTURE ET DE LA PÊCHE, MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE. *Nutrition à l'École « Alimentation et activité physique » - Dossier national d'information à destination des équipes éducatives*. Paris : Ministère de l'Éducation nationale, 2009 : 37 p.  
En ligne : [http://cache.media.eduscol.education.fr/file/Action\\_sanitaire\\_et\\_sociale/57/3/dossier\\_national\\_nutrition\\_114573.pdf](http://cache.media.eduscol.education.fr/file/Action_sanitaire_et_sociale/57/3/dossier_national_nutrition_114573.pdf)

PNNS, *Recommandation sur l'alimentation et l'activité physique pour les enfants et les adolescents*. Saint-Denis : Inpes, 2014 : 12 p.  
En ligne : <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1574.pdf>

ROSTAN F., SIMON C., ULMER Z. / DIR. *Promouvoir l'activité physique des jeunes : Élaborer et développer un projet de type Icaps*. Saint Denis : Inpes, coll. Santé en action, 2011 : 188 p.  
En ligne : <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1347.pdf>

#### Outils pédagogiques

AZORIN J.-C., COLIN N., LE CAIN A. *À table tout le monde ! Alimentation, culture et santé. De la maternelle au CE1* [mallette pédagogique]. Scénario-CRDP académie de Montpellier, 2005.

BENSE D., DESCAMPS-LATACH B., POL D. *Manger, bouger pour ma santé. L'éducation nutritionnelle à l'école. Activités transdisciplinaires Cycle 1 et 2*. Paris : Hatier, coll. Passerelle, 2005.

MINISTÈRE DE LA JEUNESSE, DE L'ÉDUCATION NATIONALE ET DE LA RECHERCHE, INSTITUT NATIONAL DE PRÉVENTION ET D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ. *Fourchettes et Baskets. Outil d'intervention en éducation pour la santé (6e, 5e, 4e, 3e)*. Inpes : Saint-Denis, 2006 [1 cédérom, transparents, planches aliments, cartes]  
En ligne : [http://www.inpes.sante.fr/professionnels-education/outils/fourchettes\\_baskets/index.asp](http://www.inpes.sante.fr/professionnels-education/outils/fourchettes_baskets/index.asp)

#### Outil de formation de formateurs Profédus

Profédus pour « Promouvoir la formation des enseignants en éducation à la santé » offre un ensemble de ressources au service de la formation des étudiants en formation initiale (masters) comme des enseignants en activité. Il est destiné à tous ceux qui interviennent dans ce domaine quelque soit leur statut ou leur institution de rattachement. La totalité des fiches de Profédus est téléchargeable dans un espace dédié sur le site Internet de l'Inpes (<http://www.inpes.sante.fr/professionnels-education/outils-profedus.asp>). En lien avec Léo et la terre, deux fiches activités de classe pour le premier degré sont citées ci-dessous. La troisième est une suggestion

## IV. Dispositifs Léo et Léa, INPES

d'utilisation de certaines des activités de l'un des coffrets : Léa et le feu et leur lien avec les priorités de l'Éducation nationale.

FICHE D1.4 DE LA COULEUR DANS NOS ASSIETTES ! ÉDUCATION ALIMENTAIRE EN CYCLE I. IN : JOURDAN D. / DIR., COLLET E. HOUZELLE N. / COORD. *Profédus - Promouvoir la formation des enseignants en éducation à la santé*. Saint Denis : Inpes, 27 X 32 cm (classeur)  
En ligne : <http://www.inpes.sante.fr/professionnels-education/pdf/D1.4.pdf>

FICHE D1.9 LE CORPS ET SON IMAGE. IN : JOURDAN D. / DIR., COLLET E. HOUZELLE N. / COORD. *Profédus - Promouvoir la formation des enseignants en éducation à la santé*. Saint Denis : Inpes, 27 X 32 cm (classeur)  
En ligne : <http://www.inpes.sante.fr/professionnels-education/pdf/D1.9.pdf>

FICHE D1.29 SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES : ANALYSER ET COMPRENDRE DIVERSES SITUATIONS POUR UNE MEILLEURE PROTECTION DE SOI ET DES AUTRES. IN : JOURDAN D. / DIR., COLLET E. HOUZELLE N. / COORD. *Profédus - Promouvoir la formation des enseignants en éducation à la santé*. Saint Denis : Inpes, 27 X 32 cm (classeur)  
En ligne : <http://www.inpes.sante.fr/professionnels-education/pdf/D1.29.pdf>

### Textes officiels Education nationale

#### Santé à l'école

LOI N° 2013-595 DU 8 JUILLET 2013 D'ORIENTATION ET DE PROGRAMMATION POUR LA REFOUNDATION DE L'ÉCOLE DE LA RÉPUBLIQUE. *JORF*, 9 JUILLET 2013, N° 0157 : p. 11379  
En ligne : <http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?sessionId=?cidTexte=JORFTEXT000027677984&dateTexte=&oldAction=rechJO&categorieLien=id>

LOI N°2005-380 DU 23 AVRIL 2005 D'ORIENTATION ET DE PROGRAMME POUR L'AVENIR DE L'ÉCOLE. *JORF*, 24 AVRIL 2005, N°96 : p. 7166.  
En ligne : <http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT00000259787&dateTexte=&categorieLien=id>

DÉCRET N°2006-830 DU 11 JUILLET 2006 RELATIF AU SOCLE COMMUN DE CONNAISSANCES ET DE COMPÉTENCES  
En ligne : [http://www.education.gouv.fr/cid2770/le-socle-commun-de-connaissances-et-de-competences.html#Le\\_socle\\_actuellement\\_en\\_vigueur\\_comprend\\_sept\\_compétences](http://www.education.gouv.fr/cid2770/le-socle-commun-de-connaissances-et-de-competences.html#Le_socle_actuellement_en_vigueur_comprend_sept_compétences)

CIRCULAIRE N° 2011-216 DU 2 DÉCEMBRE 2011 RELATIVE À LA POLITIQUE ÉDUCATIVE DE SANTÉ DANS LES TERRITOIRES ACADEMIQUES, *BOEN*, 15 DÉCEMBRE 2011, N° 46  
En ligne : [http://www.education.gouv.fr/pid25535/bulletin\\_officiel.html?cid\\_bo=58640](http://www.education.gouv.fr/pid25535/bulletin_officiel.html?cid_bo=58640)

CIRCULAIRE N°98-237 DU 24 NOVEMBRE 1998 RELATIVE AUX ORIENTATIONS POUR L'ÉDUCATION À LA SANTÉ À L'ÉCOLE ET AU COLLÈGE. *BO*, 3 DÉCEMBRE 1998, N° 45  
En ligne : <http://www.education.gouv.fr/botexte/bo981203/SCOE9802899C.htm>

NOTE DE SERVICE N° 2010-126 DU 18 AOÛT 2010 RELATIVE À L'EXPÉRIMENTATION COURS LE MATIN, SPORT L'APRÈS-MIDI. *BO*, 2 SEPTEMBRE 2010, N° 31  
En ligne : <http://www.education.gouv.fr/cid52972/mene1000792n.html>

CIRCULAIRE N° 2010-125 DU 18 AOÛT 2010 RELATIVE AU DÉVELOPPEMENT DU SPORT SCOLAIRE. *BO*, 2 SEPTEMBRE 2010, N° 31  
En ligne : <http://www.education.gouv.fr/cid52971/mene1020201c.html>

CIRCULAIRE N°2003-2010 DU 1ER DÉCEMBRE 2003 CONCERNANT LA SANTÉ DES ÉLÈVES : PROGRAMME QUINQUENNAL DE PRÉVENTION ET D'ÉDUCATION  
En ligne : <http://www.education.gouv.fr/bo/2003/46/MENE0302706C.htm>

LES RÉFÉRENCES DES TEXTES PARUS AU BULLETIN OFFICIEL DE LA JEUNESSE, DE L'ÉDUCATION NATIONALE ET DE LA RECHERCHE DEPUIS 1987 ET L'INTÉGRALITÉ DES TEXTES PARUS DEPUIS 1998 SONT EN LIGNE À L'ADRESSE SUIVANTE :  
<http://mentor.adc.education.fr/>

#### Éducation nutritionnelle et restauration scolaire

DÉCRET N° 2011-1227 DU 30 SEPTEMBRE 2011. LA QUALITÉ NUTRITIONNELLE DES REPAS SERVIS DANS LE CADRE DE LA RESTAURATION SCOLAIRE. *JORF*, 2 OCTOBRE 2011, N°0229 : p. 16572  
En ligne : <http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000024614716&dateTexte=&categorieLien=id>

LOI N° 2004-806 DU 9 AOÛT 2004, ARTICLE 30, RELATIVE À LA POLITIQUE DE SANTÉ PUBLIQUE (INTERDICTION DES DISTRIBUTEURS AUTOMATIQUES EN MILIEU SCOLAIRE).  
En ligne : <http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000000787078&dateTexte=&categorieLien=id>

LOI N° 2004-806 DU 9 AOÛT 2004 RELATIVE À LA POLITIQUE DE SANTÉ PUBLIQUE (ARTICLE 30) : SUPPRESSION DES DISTRIBUTEURS AUTOMATIQUES DE BOISSONS ET PRODUITS ALIMENTAIRES PAYANTS ET ACCESSIBLES AUX ÉLÈVES DANS LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES.  
En ligne : <http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000000787078&dateTexte=&categorieLien=id#JORFARTI000001914438>

NOTE 2004-0095 DU 25 MARS 2004 DU MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE RELATIVE À LA COLLATION MATINALE À L'ÉCOLE.  
En ligne : [http://cache.media.eduscol.education.fr/file/Action\\_sanitaire\\_et\\_sociale/36/4/note-collation-25-03-04\\_116364.pdf](http://cache.media.eduscol.education.fr/file/Action_sanitaire_et_sociale/36/4/note-collation-25-03-04_116364.pdf)

CIRCULAIRE N°2002-004 DU 3 JANVIER 2002 SUR LA SÉCURITÉ DES ALIMENTS : *Les bons gestes*.  
En ligne : <http://www.education.gouv.fr/botexte/bo020110/MENE0102836C.htm>

CIRCULAIRE N°2001-118 DU 25 JUIN 2001 / COMPOSITION DES REPAS SERVIS EN RESTAURATION SCOLAIRE ET SÉCURITÉ DES ALIMENTS. *BO spécial*, 28 JUIN 2001, N° 9  
En ligne : <http://www.education.gouv.fr/bo/2001/special9/default.htm>

#### Quelques livres pour enfants

BENLAKHEL N. *Sais-tu vraiment ce que tu manges ?* Toulouse : Éditions Milan, coll. "Les essentiels Milan junior", 2003, 37 p.

BOUCHARDY C. *Copain de la nature : pour une première découverte de la nature*, Toulouse : Milan jeunesse, coll. Copain, 2004, 286 p.

BOUR D., SAIRIGNÉ DE C. *Le lait pour tous les petits*. Paris : Gallimard jeunesse, 1984 : 36 p.

BRAMI E., BERTRAND P. *Les petits délices à partager*. Paris : Seuil Jeunesse, 1997 : 64p.

BRAMI E., BERTRAND P. *Les petits viens*. Paris : Seuil jeunesse, 1995 : 70p.

## IV. Dispositifs Léo et Léa, INPES

BRAUD F. *Le conteau de Pépé*, Paris : Syros jeunesse, coll. "Les minis Syros", 2001, 32 p.

DE KOCKERE G. *T'ête-à-tête*. 15 petites histoires pas comme les autres. Toulouse : Milan, 2003 : 64p. Deux albums plutôt destinés à des élèves plus petits mais qui peuvent être utilisés pour changer la posture des élèves.

FONTABLE F., CARLES F. *Jardin gourmand : sur une terrasse, un balcon, des étagères, crée ton mini jardin*. Dauphin : Éditions Le sablier, coll. "Pouce vert", 2001, 26 p. + CD audio

FRENCH V., BARTLETT A. *LE VOLEUR DE PETIT DÉJEUNER*. Namur : Mijade, 1999.

HONORÉ C. *Tout contre Léo*, Paris : École des loisirs, coll. Neuf, 1996, 127 p.

IWAMURA K. *Le petit déjeuner de la famille Sauris*. Paris : L'École des loisirs, 1985.

KIMIKO. *Kenji et les croûtes bleues*. Paris : l'École des loisirs, 03/1999 : 29 p.

LABBÉ B., PUECH M. *La vie et la mort*. Toulouse : Milan Jeunesse, coll. "Les goûters philo", 2005, 56 p.

LEMIEUX M. *Nuit d'orage*. Paris : Seuil jeunesse, coll. Créa Jeunesse, 1998 : 238 p.

LE ROCHAIS M.-A. *Manger, quelle bistrotte !* Paris : École des loisirs, coll. Archimède, 2003, 45 p.

MATHUISIEULX (DE) S., RICHARD L. *Beurk ! Encore des légumes !* Toulouse : Éditions Milan, coll. "Milan poche benjamin", 2001, 24 p.

MIRA-PONS, M. *Les aliments à petits pas*. Paris : Actes du Sud Junior, coll. À petits pas, 2000 : 61 p.

MORGENSTERN S. *Pas de Bol*. Paris : Thierry Magnier, coll. Album maternell, 2001.

RASTOIN-FAUGERON F., CHAUD B. *L'alimentation : pourquoi on ne mange pas que des frites*, Paris : Nathan jeunesse, coll. "En grande forme", 2002, 32 p.

ROQUES N., HENNIG A. *La planète dans l'assiette : 49 recettes du monde entier*, PARIS : MANGO JEUNESSE, 2004, 115 p.

SAINT MARS (DE) D., BLOCH S. *Lili n'aime que les frites*, Paris : Calligram, coll. "Ainsi va la vie", 1997, 45 p.

SERRES A. *Le petit humain*. Paris : Gallimard jeunesse, coll. Folio cadet, 2003 : 45 p.

SOLMINIHAC (DE) O. *C'est quoi mort ?* Paris : École des loisirs, coll. Mouche, 2003, 39 p.

STASSART G. *C'est bon, c'est beau* : les arts du goût, Paris : Autrement jeunesse, coll. Junior, 2002, 63 p.

STOLL WALSH E. *3 souris peintres*. Namur : Mijade, 2005 : 29 p.

STROEVA A. *Histoires de fruits et de légumes*, Paris : Flies France, coll. "La caravane des contes", 2002, 122 p.

VEHLMANN F., GWEN. ILL. SAMEDI ET DIMANCHE. *Le paradis des cailloux*. (T. 1) Paris : Dargaud, coll. Poisson pilote, 2001 : 48 p.

ZEITOUN C. *Le corps humain*, Paris : Mango jeunesse, coll. Kézako ?, 2003, 23 p.

### Poésie

BRAMI E., HOUDART E. *Poèmes à dire et à manger*, Paris : Seuil jeunesse, 2002, 134 p.

HEURTÉ Y., LE GRAND C. *Cbocolats chauds et autres poèmes à savourer*, Toulouse : Éditions Milan, coll. "Milan poche poésie", 2001, 40 p.

MORGENSTERN S. *Potins du potager*, Paris : École des loisirs, coll. Mouche, 1999

### Structures ressources et sites internet

#### Portails institutionnels

Ministère de l'éducation nationale : **ÉduSCOL**

Portail national du ministère de l'Éducation nationale, ÉduSCOL s'adresse plus particulièrement aux enseignants, aux personnels de direction et aux corps d'inspection. Il a vocation à couvrir le champ de l'enseignement primaire et secondaire, et à répondre aux objectifs suivants :

– informer les personnels sur les réformes en cours et répondre à leurs questions ;  
– approfondir les enjeux des politiques suivies ;  
– donner accès à des ressources nationales et académiques ;

– favoriser des échanges d'expériences et des débats entre acteurs du système éducatif.

On trouve, dans la rubrique « Vie scolaire et éducative », des documents et informations concernant l'éducation à la sexualité, à la nutrition ou encore la prévention des dépendances.

En ligne : <http://eduscol.education.fr/>  
Sur le site [eduscol.education.fr](http://eduscol.education.fr/), deux pages sont plus particulièrement en lien avec le sujet de Léo et la terre :

Ministère de l'Éducation nationale. Eduscol. L'importance d'une éducation nutritionnelle précoce et durable [page web]. Février 2010.

En ligne : <http://eduscol.education.fr/cid47664/l-importance-d-une-education-nutritionnelle.html> [dernière consultation le 22/07/2014].

Ministère de l'Éducation nationale. Eduscol. Nutrition à l'école « Alimentation et activité physique » [page web]. Septembre 2009.  
En ligne : <http://eduscol.education.fr/cid47778/nutrition-a-l-ecole-alimentation-et-activite-physique.html> [dernière consultation le 22/07/2014].

#### Manger bouger

Produit par le ministère des Affaires sociales et de la Santé et l'Inpes, c'est le site du Programme national nutrition santé (PNNS). Manger-Bouger a pour objectif de mettre les recommandations du PNNS à la portée de tous. Il propose en particulier une rubrique destinée aux professionnels de l'éducation « Ressources pour les professionnels de l'éducation ». LES RECOMMANDATIONS NUTRITIONNELLES ET LES DIFFÉRENTS guides nutrition du PNNS sont en ligne : <http://www.mangerbouger.fr/pro/education>

Aujourd'hui, il propose de plus en plus d'informations pratiques et de nombreux services inédits en France :

- une sélection d'événements pour bouger près de chez soi, actualisée chaque jour
- un kit pratique pour avoir les bons réflexes pour bien manger
- Un « panier à idées » qui prend aussi la forme d'une newsletter hebdomadaire envoyée à toute la communauté des « mangeurs-bougeurs » inscrits.

#### Portails associatifs soutenus par l'Éducation nationale

##### L'Adosen

Action et DOcumentation Santé pour l'Éducation nationale est une association loi 1901 placée sous l'égide de la Mutuelle générale de l'Éducation nationale. L'Adosen et ses sections départementales sont agréées par le ministère de l'Éducation nationale en tant qu'association éducative complémentaire de l'enseignement public. Elle peut intervenir pendant et en dehors du temps scolaire ; elle participe au développement de la recherche pédagogique et à la formation des équipes éducatives. L'Adosen est partenaire des principales institutions du secteur sanitaire, social et éducatif.

## IV. Dispositifs Léo et Léa, INPES

L'association réalise des documents pour accompagner les enseignants et les éducateurs de santé dans leur démarche de prévention. Elle organise et anime des stages de formation en éducation à la santé auprès des membres de la communauté éducative. Ses sections départementales aident à la réalisation d'actions sociales de prévention santé en faveur des jeunes, seules ou en partenariat.

En ligne : <http://www.adosen-sante.com/>

### Association Française de Promotion de la Santé Scolaire et Universitaire

Association regroupant tous ceux qui souhaitent participer à la prise de conscience du fait que la santé et le bien-être de l'enfant doivent devenir une priorité nationale de santé publique. Son but est de constituer un réseau pour promouvoir la santé des jeunes de la maternelle à l'université, accompagner les parents dans leur recherche de solutions et soutenir les acteurs de terrain dans leurs missions. Elle souhaite aider ces derniers à mener des actions permettant de créer dans l'école un climat de confiance et de dialogue entre jeunes et adultes pour une réelle prise de conscience des problèmes de notre société.

L'association édite une revue : Revue de santé scolaire et universitaire qui s'adresse aux médecins et infirmières scolaires, aux psychologues et aux assistantes sociales. Elle donne la parole à tous les acteurs participant à la promotion de la santé et de l'action sociale en milieu scolaire et universitaire.

En ligne : <http://www.afpssu.com/>

### CANOPE (anciennement SCEREN (CNDP-CRDP))

Le Scérén devient Canopé, le réseau de création et d'accompagnement pédagogiques.

La mission de ce réseau est de répondre aux besoins des acteurs et des usagers du système éducatif en proposant un accueil, en offrant de la documentation, des éditions, des animations pédagogiques et de l'expertise en ingénierie éducative. Le site du réseau promet ainsi une « offre éditoriale renouvelée » (suppression des nombreuses collections pour trois axes éditoriaux : Eclairer, Maîtriser et Agir), une « offre numérique restructurée » et une « offre de proximité repensée ». Depuis avril 2014, le site diffuse l'ensemble des offres de ressources pédagogiques et des outils en ligne gratuits ou payants.

En ligne : <http://reseau-canope.fr/presentation-nouvelles-offres/>

### Jardinons à l'école

Conçu par le Groupement national interprofessionnel des semences et plants, spécialement pour les enseignants de cycle 2

et 3 et les animateurs «nature», le site Internet présente des informations pratiques sur les choix des espèces végétales adaptées aux enfants et au calendrier scolaire. Il comprend des conseils de culture, des idées d'aménagement, des témoignages sous forme vidéo... Il présente un très grand nombre d'actions pédagogiques sous formes de fiches dont le Concours des Ecoles Fleuries. Par ailleurs, le site propose des fiches à télécharger sur les possibilités de jardinage à l'école, avec ou sans terrain (Jardifiches), ainsi que des fiches d'activités sur la découverte des plantes selon les niveaux scolaires.

En ligne : <http://www.jardinons-alecole.org>

### La main à la pâte

La main à la pâte développe l'enseignement des sciences et des technologies auprès des écoliers et des collégiens. Elle propose un site d'éducation à la science qui met à la disposition des enseignants diverses ressources pour enseigner les sciences au primaire et au collège sur ces thématiques : Biologie humaine, biologie animale ou végétale, biodiversité et évolution, mécanique et cinétique, énergie, lumière, son, etc.. Les ressources sont conçues de manière simple, dans un langage adapté et sont accompagnées de propositions d'expériences simples qui apportent des réponses à la plupart des questions que se posent des enfants de cet âge.

En ligne : <http://www.fondation-lamap.org/>

### Le site TV

lesite.tv est un service développé par France 5 et le réseau CANOPE-CNDP-CRDP, avec le soutien du Ministère de l'Éducation nationale et du ministère de la Culture et de la Communication. Il propose aux enseignants, enseignants-documentalistes et élèves d'accéder à la demande à une vidéothèque de plus de 3000 séquences vidéos à télécharger, indexées aux points-clés du programme scolaire couvrant 26 disciplines et réparties selon 3 niveaux de scolarité. Des documents d'accompagnement pédagogique en PDF sont associés à chaque vidéo. On trouve également un module interactif d'éducation à l'image, en collaboration avec le CLEMI, une rubrique de mutualisation de fiches d'activités, et des dossiers thématiques transdisciplinaires.

En ligne : <http://www.lesite.tv/accueil/>

### Et à l'étranger

#### PIPSa (Pédagogie active en promotion de la santé)

Pipsa est un centre de référencement des jeux et outils pédagogiques utiles en promotion de la santé. Il a été mis en place par le service « Promotion de la santé » de

l'Union nationale des Mutualités socialistes de Belgique et reconnu par la Direction générale de la santé du ministère de la Communauté française de Belgique. La base de données de son « outilthèque » est accessible sur Internet.

En ligne : <http://www.pipsa.org> (rubrique « Outilthèque »)

#### Carrefour éducation

Carrefour éducation est un espace virtuel dédié aux enseignants qui regroupe, des ressources didactiques francophones. Il a été créé à l'initiative du ministère de l'Éducation du Québec. Dans sa rubrique « Recherche avancée », il est possible de faire une recherche par « disciplines » et d'accéder à des différentes ressources : des sites web commentés, des activités pédagogiques, des guides, des vidéos. Pour chaque lien, un court résumé ainsi qu'une indication du niveau d'enseignement sont fournis.

<http://carrefour-education.qc.ca/>

## IV. Dispositifs Léo et Léa, INPES

*Ce coffret a été réalisé par*  
le Dr Brigitte Sandrin-Berthon et Béatrice Bressac (CFES)  
avec la collaboration du Dr François Baudier (CFES/GREEN),

*Fiches d'évaluation*  
Dr Catherine Leynaud Rouaud (SAFRANE Sud/GREEN) et Cécile Delesalle (SAFRANE)  
Actualisation en 2005

*Remerciements à*  
Maïa Baudelaire et Laurence Legrand

Illustrations  
Robert Barborini - Serge Bloch

Conception graphique  
Dans les villes - Strasbourg  
Janvier 1997

*Il a été actualisé en 2014 et mis en conformité avec les objectifs du PNNS 2011-2015.*

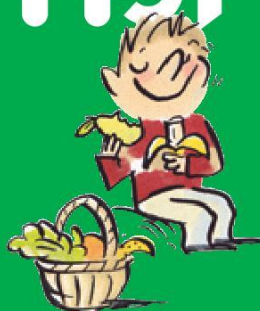
*Cette actualisation a été réalisée à l'Inpes par :*  
Nathalie Houzelle et Florence Rostan  
(Direction de l'animation des territoires et des réseaux)

*Sandra Kerzanet*  
Direction des affaires scientifiques - Documentation



LES CHEMINS DE LA SANTÉ

La terre  
te nourrit



### IV.3. Fiches d'évaluation

# Les documents *d'évaluation*

Ils sont une aide pour la communauté éducative dans leur volonté d'évaluer les actions. Ils pourront être complétés et adaptés selon les besoins.

- Les documents à remplir par l'enseignant :

- Un questionnaire pour faire le point sur la classe avant et après l'utilisation du coffret et évaluer l'impact des activités au niveau collectif ;
- la fiche "bilan" pour suivre le déroulement des débats.

Ces documents ne sont pas des exercices de classe. Ils sont à compléter par l'enseignant lui-même. Pour remplir plus objectivement les fiches "Après", il sera préférable de ne pas relire les fiches "Avant".

- Les documents à remplir par les enfants :

- les fiches à remettre à l'enseignant avant et après les activités de chaque chapitre, pour estimer l'évolution individuelle des enfants en matière de connaissances, d'attitudes et de représentations ;
- la fiche à remplir en fin d'utilisation du coffret, pour évaluer la satisfaction des élèves par rapport au livret enfant ;
- le carnet personnel que l'enfant remplira pour lui-même.

Tous les documents d'évaluation destinés aux élèves sont prévus pour être photocopiés.

Ils peuvent être utilisés même si certaines activités longues n'ont pas été réalisées.

Les fiches à remplir par les élèves ont été conçues pour aider l'enseignant à piloter l'action au fur et à mesure de son déroulement.

Par exemple, au vu des fiches complétées par les élèves à la fin de chaque chapitre, il sera possible de faire le point sur les acquis en termes de connaissances pour orienter l'activité suivante et, le cas échéant, de reprendre des points non assimilés ou nécessitant un approfondissement.

# Document *enseignant*

## Le point sur la classe avant l'utilisation du coffret

### 1. La classe se répartit de la manière suivante :

- < 1/4 filles
- 1/4 filles - 3/4 garçons
- 1/3 filles - 2/3 garçons
- 1/2 filles - 1/2 garçons
- 2/3 filles - 1/3 garçons
- 3/4 filles - 1/4 garçons
- > 3/4 filles

### 2. Les enfants sont de pays différents :

- Moins de 2 pays différents dans la classe
- Entre 2 et 3
- Entre 3 et 4
- Plus de 4

### 3. Les enfants viennent de milieux socioéconomiques :

- Très différents
- Assez différents
- Pas très différents
- Équivalents

### 4. Les enfants appréhendent la notion d'effort

#### individuel pour le bien-être de tous :

- Oui, facilement
- Oui, un peu
- Non, pas tellement
- Non, pas du tout
- Je ne sais pas

### 5. L'environnement scolaire (qualité du bâtiment, présence de fontaines à eau...) facilite les comportements de respect de la santé (possibilité de se laver les mains, de traverser sur les clous...) :

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Non, pas tellement
- Non, pas du tout
- Je ne sais pas

### 6. Les enfants s'entraident :

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Non, pas tellement
- Non, pas du tout
- Je ne sais pas

### 7. Les enfants s'adressent aux adultes :

- Pour régler les conflits :  
*Pas du tout / Un peu / Beaucoup*
- Pour partager des soucis :  
*Pas du tout / Un peu / Beaucoup*
- Pour partager des réussites :  
*Pas du tout / Un peu / Beaucoup*

### 8. Les enfants savent valoriser leurs qualités

#### (scolaires ou non) :

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Non, pas tellement
- Non, pas du tout
- Je ne sais pas

### 9. Certains élèves sont obèses dans la classe :

- Oui, beaucoup
- Oui, un peu
- Non, pas tellement
- Non, pas du tout
- Je ne sais pas

### 10. Quelle est la proportion d'enfants

#### de la classe qui déjeunent à la cantine ?

- < 1/4 de la classe
- Entre 1/4 et 1/2 de la classe
- Entre 1/2 et 3/4 de la classe
- Plus de 3/4 de la classe

### 11. Certains élèves ont-ils déjà eu des propos d'exclusion à l'égard de leurs camarades ou des personnels de l'école ?

- Oui, régulièrement
- Oui, un peu
- Non, pas du tout
- Je ne sais pas

### 12. Quelle est la proportion d'enfants de la classe qui ont des activités physiques et sportives en dehors de l'école ?

- < 1/4 de la classe
- Entre 1/4 et 1/2 de la classe
- Entre 1/2 et 3/4 de la classe
- Plus de 3/4 de la classe

### 13. Les enfants savent-ils que leur alimentation provient de l'agriculture ?

- Oui, absolument
- Oui, un peu
- Non, pas vraiment
- Non, pas du tout
- Je ne sais pas

# Document *enseignant*

**Le point sur la classe après l'utilisation du coffret** (en partie ou dans son intégralité)

## 1. Les attitudes et les comportements

- Vous observez que les enfants sont plus attentifs à leur environnement (ils gaspillent moins, ils parlent du tri des déchets, ils évitent de jeter des papiers dans la cour...) :  
*Oui, très nettement / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*
- Les enfants sont moins bruyants à la cantine :  
*Oui, très nettement / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*
- Combien d'enfants à votre connaissance ont discuté des sujets abordés dans le coffret avec une personne de leur foyer :  
*Beaucoup / Un peu / Peu / Aucun / Je ne sais pas*
- Les enfants sont plus respectueux les uns des autres :  
*Oui, très nettement / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*
- Les enfants sont plus solidaires les uns des autres :  
*Oui, très nettement / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*
- Les enfants ont participé avec plaisir aux activités du coffret que vous leur avez proposées :  
*Oui / Non / Je ne sais pas*
- Les enfants ont initié des réflexions, voire des activités autour des thèmes abordés par le coffret :  
*Oui / Non / Je ne sais pas*
- Les enfants essaient d'intégrer les repères qu'ils ont appris grâce au coffret, dans leur alimentation :  
*Oui / Non / Je ne sais pas*

## 2. L'impact sur la vie de la classe

- Les enfants reparlent des activités (y compris les débats) :
  - entre eux : *jamais / de temps en temps / souvent / ne sait pas*
  - avec leur enseignant : *jamais / de temps en temps / souvent / ne sait pas*
  - avec les autres adultes de l'école : *jamais / de temps en temps / souvent / ne sait pas*
  - avec leurs parents : *jamais / de temps en temps / souvent / ne sait pas*
  - Je ne sais pas
- Depuis la mise en place des activités, les enfants s'adressent plus aux adultes :
  - pour régler des conflits :  
*pas plus / un peu plus / beaucoup plus*
  - pour partager des soucis :  
*pas plus / un peu plus / beaucoup plus*
  - pour partager des réussites :  
*pas plus / un peu plus / beaucoup plus*
- Quelque chose a changé dans l'ambiance de la classe :  
*Oui / Non*
- On observe :
  - que certains élèves s'expriment plus :  
*oui / non*
  - que certains élèves s'expriment mieux :  
*oui / non*
  - qu'il y a moins d'agressivité :  
*oui / non*
  - que les élèves parlent plus de ce qu'ils ressentent :  
*oui / non*
  - autre :

# Document *enseignant*

## Fiche Bilan (à photocopier pour chaque débat)

Titre du débat :

Date :

### Le déroulement du débat

- La consigne de lancement a fonctionné : *bien / moyennement / pas du tout*
- Le débat a surtout abordé les thèmes suivants :

*Thème 1* : .....

*Thème 2* : .....

*Thème 3* : .....

- La conclusion :

*L'enseignant a conclu sur* : .....

*Les élèves ont conclu sur* : .....

- La durée du débat : .....

### Les interactions

- Il y a eu des échanges sur : .....

- Il y a eu des silences à propos de : .....

- Il y a eu de la gêne au sujet de : .....

- Il y a eu des rires à propos de : .....

- Des conflits sont apparus au sujet de : .....

- La phrase qui reste en mémoire : .....

# Document *enseignant*

## Fiche Bilan (suite)

### L'expression

- Tous les enfants se sont-ils exprimés sur ce thème ? : *Oui / Non*
  - Quels sont les facteurs qui, selon vous, expliquent le fait que certains enfants se soient peu ou pas exprimés ?  
.....
  - Garçons et filles se sont exprimés :
    - en terme de temps de parole :
      - de façon égale
      - les garçons plus que les filles
      - les filles plus que les garçons
    - en terme de nombre :
      - de façon égale
      - les garçons plus que les filles
      - les filles plus que les garçons
  - Des élèves ont reformulé le thème avec leurs propres mots, en particulier sur le thème de : .....
  - Les enfants ont écouté leurs camarades : *moins qu'à l'accoutumée / autant qu'à l'accoutumée / plus qu'à l'accoutumée*
  - Ce débat a été le point de départ de moqueries ou d'agressivité envers certains élèves : *Oui / Non*
  - Ce débat a été le point de départ d'une plus grande considération pour les soucis des autres : *Oui / Non*
  - Des enfants ont demandé que l'on organise d'autres débats : *Oui / Non*
- Si oui, sur quels thèmes ? .....

# Document *élève*

## Fiche «Avant»

### Chapitre 1 : De la terre à cultiver

#### Je complète par une phrase ou un dessin :

- Pour moi l'automne, c'est :

- Ce que je pense de la campagne :

- Pour me désaltérer, je préfère :

#### Connaissances :

- Un jardin où poussent des arbres fruitiers est un :  
\_\_\_\_\_

- Je décris un épi de maïs :  
\_\_\_\_\_

- Pour faire pousser un arbre dans un jardin, on peut soit en planter un petit, soit :  
\_\_\_\_\_

- Le marchand de légumes frais s'appelle :  
\_\_\_\_\_

- Une plante est fixée dans la terre et se nourrit d'eau et de sels minéraux grâce à :  
\_\_\_\_\_

#### La réponse qui me correspond le mieux :

- Ça m'intéresse de savoir ce qu'il y a dans les aliments :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*

- J'aime savoir comment prendre soin de moi :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*

#### Si un camarade n'aimait pas un légume que j'adore, voici le conseil que je donnerais :

---

---

---

---

---



# Document élève

Fiche «Après» (le chapitre et/ou à la fin du coffret)

## Chapitre 1 : De la terre à cultiver

Je complète par une phrase ou un dessin :

- Pour moi l'automne, c'est :

- Ce que je pense de la campagne :

- Pour me désaltérer, je préfère :

Connaissances :

- Un jardin où poussent des arbres fruitiers est un :  
\_\_\_\_\_

- Je décris un épi de maïs :  
\_\_\_\_\_

- Pour faire pousser un arbre dans un jardin, on peut soit en planter un petit, soit :  
\_\_\_\_\_

- Le marchand de légumes frais s'appelle :  
\_\_\_\_\_

- Une plante est fixée dans la terre et se nourrit d'eau et de sels minéraux grâce à :  
\_\_\_\_\_

La réponse qui me correspond le mieux :

- Ça m'intéresse de savoir ce qu'il y a dans les aliments :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*

- J'aime savoir comment prendre soin de moi :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*

Si un camarade n'aimait pas un légume que j'adore, voici le conseil que je donnerais :

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

# Document élève

## Fiche «Avant»

### Chapitre 2 : De la terre pour vivre

Je complète par une phrase ou un dessin :

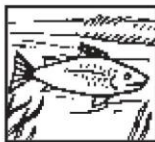
- Pour moi faire la cuisine, c'est :

- La dernière fois que j'ai demandé à mon entourage de m'acheter un aliment, c'était :

- Ce que je pense de la mort :

#### Connaissances :

- Jeu : qui mange qui ? Voici 5 images concernant les poissons : A, B, C, D et E



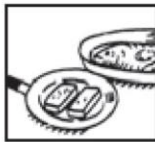
A



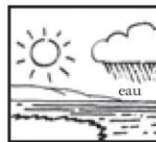
B



C



D



E

Replace ces images dans l'ordre logique de la chaîne alimentaire. Pour t'y aider, tu peux répondre à ces questions : D'où cela provient-il ? Qu'est-ce que cela mange ? Par qui est-ce mangé ? Que mange l'homme ?

.....

- Un poulailler, c'est (*entoure la bonne réponse*) :  
*Un endroit où l'on cultive l'ail / L'endroit où on élève les volailles*

- Un arbre à feuilles caduques perd ses feuilles tous les ans (*entoure la bonne réponse*) ?  
*Vrai / Faux*

- Comment mesure-t-on l'âge d'un arbre qui a été scié ?

- Cite le nom de l'arbre qui ne pousse pas dans la terre mais qui retrace l'histoire de ta famille :

#### La réponse qui me correspond le mieux :

- Ça m'intéresse de savoir identifier les arbres de la forêt :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*

- Si je devais embrasser une fille ou un garçon de ma classe, je deviendrais tout(e) rouge :  
*Oui / Non / Je ne sais pas*

À quelqu'un qui aurait perdu un être cher ou un animal de compagnie, voici le conseil que je donnerais :

---

---

---

---

---

---

# Document élève

## Fiche «Après» (le chapitre et/ou la fin du coffret)

### Chapitre 2 : De la terre pour vivre

Je complète par une phrase ou un dessin :

- Pour moi faire la cuisine, c'est :

- La dernière fois que j'ai demandé à mon entourage de m'acheter un aliment, c'était :

- Ce que je pense de la mort :

#### Connaissances :

- Jeu : qui mange qui ? Voici 5 images concernant les poissons : A, B, C, D et E



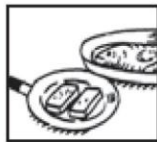
A



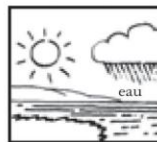
B



C



D



E

Replace ces images dans l'ordre logique de la chaîne alimentaire. Pour t'y aider, tu peux répondre à ces questions : D'où cela provient-il ? Qu'est-ce que cela mange ? Par qui est-ce mangé ? Que mange l'homme ?

- Un poulailler, c'est (*entoure la bonne réponse*) :  
*Un endroit où l'on cultive l'ail / L'endroit où on élève les volailles*

- Un arbre à feuilles caduques perd ses feuilles tous les ans (*entoure la bonne réponse*) ?  
*Vrai / Faux*

- Comment mesure-t-on l'âge d'un arbre qui a été scié ?

- Cite le nom de l'arbre qui ne pousse pas dans la terre mais qui retrace l'histoire de ta famille :

#### La réponse qui me correspond le mieux :

- Ça m'intéresse de savoir identifier les arbres de la forêt :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*

- Si je devais embrasser une fille ou un garçon de ma classe, je deviendrais tout(e) rouge :  
*Oui / Non / Je ne sais pas*

À quelqu'un qui aurait perdu un être cher ou un animal de compagnie, voici le conseil que je donnerais :

---

---

---

---

---

---

# Document élève

## Fiche «Avant»

### Chapitre 3 : De la terre pour se nourrir

#### Je complète par une phrase ou un dessin :

- Le dernier aliment ou la dernière boisson que j'ai découvert, c'est :
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- Pour moi un repas complet et agréable, c'est... :

#### Connaissances :

- Imagine que tu sois un morceau de pain. Dans quelles parties du corps (ou organes) passes-tu ? Cites-en 3 dans l'ordre de passage du pain :
  
  
  
- Ton corps contient quel volume d'eau (*entoure la bonne réponse*) ?  
< 20% / 20% / 40% / 50% / > 60%
  
- Les pâtes te donnent de l'énergie pour longtemps. Quels sont les autres aliments qui ont également ce rôle ?
  
- Quelle est la vitamine qui t'aide à bien voir ? Dans quels aliments la trouve-t-on ?
  
- Dans une journée, combien de portions de fruits légumes est-il conseillé de manger ?

#### La réponse qui me correspond le mieux :

- Ça m'intéresse de savoir ce qui se passe dans mon corps :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*
  
- J'aimerais en savoir plus sur la digestion :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*
  
- À quoi te fait penser le mot « énergie ? » :

#### Voici le conseil que je donnerais à un camarade qui a peur avant un contrôle :

---

---

---

---

---

---

# Document élève

Fiche «Après» (le chapitre et/ou à la fin du coffret)

## Chapitre 3 : De la terre pour se nourrir

Je complète par une phrase ou un dessin :

- Le dernier aliment ou la dernière boisson que j'ai découvert, c'est :

- Pour moi un repas complet et agréable, c'est... :

- À quoi te fait penser le mot « énergie ? » :

Connaissances :

- Imagine que tu sois un morceau de pain. Dans quelles parties du corps (ou organes) passes-tu ? Cites-en 3 dans l'ordre de passage du pain :
- Ton corps contient quel volume d'eau (*entoure la bonne réponse*) ? < 20% / 20% / 40% / 50% / > 60%
- Les pâtes te donnent de l'énergie pour longtemps. Quels sont les autres aliments qui ont également ce rôle ?
- Quelle est la vitamine qui t'aide à bien voir ? Dans quels aliments la trouve-t-on ?
- Dans une journée, combien de portions de fruits légumes est-il conseillé de manger ?

La réponse qui me correspond le mieux :

- Ça m'intéresse de savoir ce qui se passe dans mon corps :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*
- J'aimerais en savoir plus sur la digestion :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*

Voici le conseil que je donnerais à un camarade qui a peur avant un contrôle :

---

---

---

---

---

---

# Document élève

## Fiche «Avant»

### Chapitre 4 : De la terre pour grandir

Je complète par une phrase ou un dessin :

- Deux aliments dont les odeurs me plaisent :

- Trois choses que je pourrais manger quand j'ai un petit creux :

- Le lieu où je préfère déjeuner :

Connaissances :

- Les sens qui sont en éveil quand je mange sont :

---

- Je donne la définition du mot « vitamines » :

---

- Quel est le point commun entre les frites, le beurre et la crème fraîche ?

---

- Les noms des saveurs que je connais sont :

---

- Je donne le sens du mot « pétition » :

---

La réponse qui me correspond le mieux :

- J'aime faire la cuisine avec un plus grand que moi :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*

- Si les sucreries n'existaient pas, je pourrais très bien m'en passer :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*

Pour qu'il (ou elle) grandisse bien, voici le conseil que je donnerais à un plus petit que moi :

---

---

---

---

---

---

# Document élève

## Fiche «Après» (le chapitre et/ou à la fin du coffret)

### Chapitre 4 : De la terre pour grandir

Je complète par une phrase ou un dessin :

- Deux aliments dont les odeurs me plaisent :

- Trois choses que je pourrais manger quand j'ai un petit creux :

- Le lieu où je préfère déjeuner :

Connaissances :

- Les sens qui sont en éveil quand je mange sont :

---

- Je donne la définition du mot « vitamines » :

---

- Quel est le point commun entre les frites, le beurre et la crème fraîche ?

---

- Les noms des saveurs que je connais sont :

---

- Je donne le sens du mot « pétition » :

---

La réponse qui me correspond le mieux :

- J'aime faire la cuisine avec un plus grand que moi :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*

- Si les sucreries n'existaient pas, je pourrais très bien m'en passer :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Non, pas du tout / Je ne sais pas*

Pour qu'il (ou elle) grandisse bien, voici le conseil que je donnerais à un plus petit que moi :

---

---

---

---

---

# Document élève

## Fiche «Avant»

### Chapitre 5 : De la terre à partager

#### Je complète par une phrase ou un dessin :

- Mon sandwich préféré, c'est :

- L'endroit que je préfère pour pique-niquer, c'est :

- Pour moi partager, c'est :

#### Connaissances :

- Cite un plat que l'on mange au Japon :

- Tout le monde ne mange pas avec une fourchette et un couteau... Mais avec quoi d'autre peut-on manger ? :

- Dans un château fort, le pont qui se lève et s'abaisse au-dessus d'un fossé s'appelle :

- Cite deux sens du mot « culture » :

- Que signifie l'expression « manger à sa faim » ? :

#### La réponse qui me correspond le mieux :

- Je ne joue que pour gagner :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Je ne sais pas*

- J'ai du mal à prêter mes affaires aux autres :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Je ne sais pas*

#### Si je me sentais abandonné(é) par un(e) ami(e), voici ce que je ferais :

---

---

---

---

---



# Document *élève*

**Fiche «Après» (le chapitre et/ou à la fin du coffret)**

## Chapitre 5 : De la terre à partager

**Je complète par une phrase ou un dessin :**

- Mon sandwich préféré, c'est :

- L'endroit que je préfère pour pique-niquer, c'est :

- Pour moi partager, c'est :

**Connaissances :**

- Cite un plat que l'on mange au Japon :

- Tout le monde ne mange pas avec une fourchette et un couteau.... Mais avec quoi d'autre peut-on manger ? :

- Dans un château fort, le pont qui se lève et s'abaisse au-dessus d'un fossé s'appelle :

- Cite deux sens du mot « culture » :

- Que signifie l'expression « manger à sa faim » ? :

**La réponse qui me correspond le mieux :**

- Je ne joue que pour gagner :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Je ne sais pas*

- J'ai du mal à prêter mes affaires aux autres :  
*Oui, vraiment / Oui, un peu / Non, pas vraiment / Je ne sais pas*

**Si je me sentais abandonné(é) par un(e) ami(e), voici ce que je ferais :**

---

---

---

---

---

---

# Document élève

«Après» (à la fin du coffret)

## Appréciation globale du coffret

### Les débats :

- Dans l'ensemble, tu as apprécié les différents débats (*entoure la réponse de ton choix*) :  
*Beaucoup / Un peu / Pas tellement / Pas du tout*
- Quel est le sujet qui t'a le plus intéressé(e) ?  
.....

### “Léo et la terre”, le livret

- Ce livret t'a plu (*entoure la réponse de ton choix*) :  
*Beaucoup / Un peu / Pas tellement / Pas du tout*
- Tu as aimé l'histoire (*entoure la réponse de ton choix*) :  
*Beaucoup / Un peu / Pas tellement / Pas du tout*
- Tu as aimé les dessins (*entoure la réponse de ton choix*) :  
*Beaucoup / Un peu / Pas tellement / Pas du tout*
- Tu as aimé les activités proposées (*entoure la réponse de ton choix*) :  
*Beaucoup / Un peu / Pas tellement / Pas du tout*
- Tu as discuté avec tes parents des activités que tu as faites en classe (*entoure la réponse de ton choix*) :  
*Oui / Non*
- Tu as lu des passages de l'histoire avec quelqu'un de ta famille (*entoure la réponse de ton choix*) :  
*Oui / Non*
- Tu as fait les jeux du livret avec quelqu'un de ta famille (*entoure la réponse de ton choix*) :  
*Oui / Non*

## **V. Chartes des pauses méridiennes**

- Charte de la ville de Lille
- Charte de la ville de Cholet
- Charte de la ville de Saint-Thibault-des-Vignes

## V. Chartes des pauses méridiennes

### V.1. Charte de la ville de Lille



# CHARTRE DE LA PAUSE MÉRIDIENNE

---



### POURQUOI UNE CHARTE DE LA PAUSE MÉRIDienne ?

Le temps du midi, appelé « pause méridienne », est un temps périscolaire d'une durée de deux heures encadré par la ville qui doit s'inscrire en cohérence avec le temps scolaire afin de garantir la continuité de la journée de l'enfant. Positionnée entre le temps de classe, elle est un moment essentiel pour l'enfant et contribue à son équilibre et à son épanouissement.

Conformément aux orientations de son Projet Educatif Global, la ville de Lille veille constamment à améliorer la qualité de ce service mis à la disposition des familles. La pause méridienne se conçoit comme un temps éducatif à part entière qui s'inscrit dans une continuité et doit permettre à l'enfant de :

- se restaurer dans de bonnes conditions
- se sociabiliser
- se reposer
- s'amuser

De nombreux adultes contribuent à ces missions : responsables de service, adjoints aux chefs de service, référents de site, animateurs principaux et animateurs, agents de la restauration, ATSEM, enseignants travaillant sur la pause méridienne, intervenants thématiques...



La réussite de la pause méridienne repose sur la recherche permanente d'une cohérence éducative entre les équipes, où le rôle de chacun est affirmé et reconnu. La charte de la pause méridienne est un outil qui vise à :

- Donner un cadre de référence propre à ce temps périscolaire
- Définir les valeurs éducatives partagées avec et par l'ensemble des acteurs de la communauté éducative : familles, agents de la restauration, animateurs et personnel d'encadrement, enseignants

Cette charte est le résultat des travaux menés par un groupe de travail associant des représentants de la Ville et de l'Education Nationale.

La charte de la pause méridienne contribue aux orientations énoncées dans le Projet Educatif Global de la Ville à savoir :

- Qualifier l'offre éducative du temps libre
- Renforcer les conditions de la réussite scolaire

Elle doit être une référence pour tous et aider les personnels à tendre vers de meilleures pratiques en tenant compte de tous les temps de la pause méridienne avec leurs spécificités :

- Le temps de repas
- Le temps d'animation
- Les transitions avec le temps scolaire avant et après le repas



# 1.

## LES VALEURS ÉDUCATIVES DE LA PAUSE MÉRIDienne

Chaque jour de classe, près de 9 000 enfants lillois sont accueillis par les professionnels de la pause méridienne dans 44 restaurants scolaires. Ce moment éducatif d'interclasses constitue un enjeu essentiel pour l'épanouissement de l'enfant.

Pour mettre en œuvre cette pause méridienne, les professionnels peuvent s'appuyer sur plusieurs valeurs éducatives partagées :

### UN TEMPS POUR MANGER



La première mission de la pause méridienne est de proposer à l'enfant un **repas de qualité, en quantité adaptée à ses besoins, dans les meilleures conditions d'hygiène et de sécurité**. Pour ce faire, les enfants bénéficient des quatre engagements de la de la Ville en matière de restauration : la **sécurité alimentaire**, la **qualité nutritionnelle** (respect du Programme National Nutrition Santé – PNNS, par la diététicienne de la Ville), la **traçabilité des produits** et l'éducation au goût.

Ce dernier point est essentiel puisque le temps de restauration est un moment de convivialité et de détente pour l'enfant, mais c'est aussi un moment où **l'éveil alimentaire et l'éducation au goût** prennent une place importante. Les enfants sont orientés afin d'acquérir de bons repères alimentaires et d'étendre leur palette de saveurs. Il doit également respecter les règles d'hygiène.

### UN TEMPS POUR SE SOCIABILISER ET DEVENIR AUTONOME

La pause méridienne est également un temps d'échanges, avec des codes qui permettent de vivre ensemble et de se respecter mutuellement.

Elle est un moment essentiel d'apprentissage des règles de vie en collectivité et de vivre ensemble ainsi que de découverte **des droits mais également des devoirs**. Les enfants sont associés à la définition des règles de vie du groupe et leur participation est encouragée.

Les adultes se doivent d'être **sources d'exemple** et **contribuer au développement** de l'ensemble de ces notions chez l'enfant. Ils veillent à garantir les relations et le respect des règles entre enfants et à encourager et valoriser les progrès de l'enfant et ses actions positives

### UN TEMPS POUR S'AMUSER

La pause méridienne comprend le temps du repas mais également le temps d'avant et après repas au cours duquel l'enfant s'amuse seul ou avec ses camarades.

L'enfant a **le choix de ses activités (ludiques, culturelles, artistiques, physiques et sportives)** mais a également **le droit de ne rien faire et de se reposer**. Les enfants sont accompagnés dans leur choix en laissant des espaces de liberté sans contrainte autre que le respect des règles et de l'autre, en aidant à une vraie prise de décision quant à leurs loisirs.



### UN TEMPS POUR SE REPOSER

Positionnée entre le temps de classe, la pause méridienne est **un temps de ressourcement** pour l'enfant. Les activités proposées tiennent compte du **niveau de l'enfant** et n'induisent **pas des stimulations trop importantes** afin de le mettre dans de bonnes dispositions pour la reprise des apprentissages l'après midi.

La pause méridienne doit **tenir compte du rythme de l'enfant**, en élémentaire comme en maternelle. Ainsi pour les plus petits, **la sieste**, après le repas est un moment essentiel.



## 2.

### L'ORGANISATION ET LE SUIVI DU TEMPS DU REPAS

#### LE CADRE LILLOIS DE PRODUCTION

**Le service de la restauration scolaire est assuré en régie par la Ville de Lille qui a fait** le choix du service public pour ses restaurants scolaires.

#### → LA COMPOSITION DES MENUS

Les menus proposés, établis par une diététicienne, sont identiques pour l'ensemble des écoles. Pour atteindre l'équilibre, le contrôle de la fréquence de présentation des plats est réalisé tous les mois, conformément à la réglementation en vigueur. Pour garantir cet équilibre, le repas se compose de la manière suivante : une entrée, un aliment protéidique, des légumes, des féculents, un produit laitier (fromage ou yaourt) et/ou un fruit.

Un menu végétarien est proposé une fois par semaine.

Lorsque la viande de porc est présente au menu, un aliment de substitution (autre viande, ou poisson ou œufs) est systématiquement proposé.

De même, les légumes secs et féculents sont systématiquement accompagnés d'une sauce cuisinée à part.

Afin de respecter l'équilibre alimentaire de la journée et en accord avec les repères de consommation du Programme National Nutrition Santé (PNNS), les compositions du petit déjeuner, du goûter servis pendant les accueils de loisirs respectent également la réglementation en vigueur.

Les menus respectent les recommandations du Groupe d'Etude des Marchés Restauration Collective et Nutrition (GEMRCN), la réglementation (**Arrêté et décret du 30**



## V. Chartes des pauses méridiennes

**septembre 2011 relatif à la qualité nutritionnelle des repas servis en restauration scolaire) et le Programme National Nutrition Santé (PNNS)**

### → LES GRAMMAGES DANS L'ASSIETTE

Les grammages sont adaptés selon l'âge des enfants, ils sont conformes aux recommandations et à la réglementation. En effet, la taille des portions servies est adaptée à l'âge des enfants, afin de minimiser les restes dans l'assiette.

Ils ne doivent pas être abondés systématiquement afin d'éviter toute dérive de suralimentation génératrice de surpoids et d'obésité.

Pour atteindre cet objectif, chaque restaurant a été doté d'une balance permettant de définir une assiette type par catégorie de convives.

### → LA QUALITÉ ORGANOLEPTIQUE DES REPAS

Les préparations culinaires sont élaborées dans « les règles de l'art de la cuisine », ceci dans le but de se rapprocher au maximum de la qualité de la cuisine familiale. En effet, les repas doivent être agréables au goût.

### → LES ACHATS

Les produits sont achetés dans le cadre d'un marché public. Des dégustations de produits sont organisées en présence des enfants du Conseil Municipal d'Enfants. Le service achat veille à la qualité des produits livrés par les fournisseurs. La Cuisine Centrale et l'Unité Centrale d'Approvisionnement réalisent le contrôle qualité lors des réceptions et assure le suivi de la traçabilité.

### → LE BIO

La Ville s'est engagée dans une démarche d'introduction d'aliments bio et durable à la restauration scolaire. Aujourd'hui, 18% des produits achetés dans le cadre des marchés publics sont issus de l'agriculture biologique : les produits céréaliers, les pommes, les poires, les endives, un yaourt par semaine.

### → LA QUALITÉ DU SERVICE AUX ENFANTS

Le personnel de restauration est sensibilisé et formé à la qualité de service. La présentation des aliments et des plats sous une forme attrayante favorise la prise alimentaire de l'enfant.

### → LES LOCAUX, LA RECHERCHE D'UN CADRE AGRÉABLE

Le restaurant doit être convivial et agréable. C'est pourquoi, lors de la réhabilitation de site ou travaux, l'environnement est pris en compte, sur le choix du mobilier, des couleurs des salles de restaurants, le confort auditif par le biais d'étude acoustique, l'installation de ligne de self pour les primaires.

### → L'ÉVALUATION DE LA SATISFACTION DES CONVIVES

Une méthode de recueil du point de vue du personnel sur la satisfaction des repas est mise en place. Des enquêtes de satisfaction sont réalisées ponctuellement auprès des enfants, de même que la mesure des retours de la salle.

Ces outils sont des indicateurs qui permettent de mesurer la qualité des repas servis dans le but d'une recherche d'une amélioration en continue.

### → LA FORMATION DES PERSONNELS

La Direction de la Restauration accompagne l'équipe d'animation qui encadre les enfants lors du déjeuner, en dispensant des sensibilisations et formations autour de l'alimentation. Les animateurs ainsi formés, les enfants sont orientés afin d'acquérir de bons repères alimentaires et d'étendre leur palette de saveurs. En effet, il est nécessaire d'éveiller chaque jour leur sens et de susciter leur curiosité pour se familiariser à tous les aliments.

### → LES SEMAINES THÉMATIQUES

Des semaines thématiques sont proposées par la direction de la restauration et participent à l'éveil alimentaire et à l'éducation au goût : semaine du goût, semaine régionale, fraich'attitude...

## V. Chartes des pauses méridiennes

### → LE PROTOCOLE D'ACCUEIL INDIVIDUALISÉ - PAI

Si l'enfant présente un trouble de santé (pathologie, allergie ou intolérance alimentaire), un PAI (Protocole d'Accueil Individualisé) doit être signé avec le médecin scolaire, le directeur de l'école et le personnel municipal qui entoure l'enfant (animation et restauration) Pour toute démarche, les parents doivent se rapprocher du directeur d'école.

Le PAI doit être renouvelé à chaque rentrée scolaire

Une fois mis en place, une copie du document doit être transmise à la direction éducation qui en assure l'enregistrement et le suivi administratif.

Aucun trouble alimentaire ne peut être pris en compte en dehors de la formalisation d'un PAI.

### LE DÉROULEMENT DU REPAS

**Les enfants mangent sous la surveillance constante d'un adulte référent** (animateurs, atsem) tout au long du repas.

Chaque plat composant la **totalité du repas** doit être servi **aux enfants**. Les adultes encadrants les enfants doivent inciter les enfants à goûter tous les plats.

En restauration maternelle, les enfants sont servis à table et sont accompagnés par un adulte dans la prise de leur repas. Pour les grandes sections l'objectif est de devenir autonome pour l'entrée en CP.

En restauration **élémentaire**, les enfants se servent seuls, l'adulte doit aider en cas de difficulté.

D'une façon générale, les encadrants sont attentif au fait que les enfants ne se surconsomment pas certains plats.

Les adultes sont chargés de transmettre les indications des repas à thème ou animations pour les faire comprendre.

**En maternelle**, le service à table est d'une durée maximale de 45 minutes.

**En élémentaire**, la durée minimale à table en self est d'environ 20 minutes pour être certain qu'ils aient le temps au moins de goûter à chacun des plats.

Le temps du repas est également un **temps d'éducation à l'hygiène** qu'elle soit personnelle ou dans la façon même de manger.

De façon systématique, les enfants sont incités à boire pendant les repas.

En outre, les équipes d'animation et de restauration veillent à ne pas distribuer de sucreries aux enfants.

# 3.

## UN TEMPS D'ÉDUCATION ET DE LOISIRS

---

Avec la prise du repas, la pause méridienne est également un **temps de détente et de loisirs** où des activités **diversifiées et adaptées à l'âge de l'enfant et au temps disponible sont proposées par les animateurs, en maternelle et en élémentaire**. L'enfant est positionné en temps qu'acteur de ses choix et peut proposer des activités aux groupes et aux animateurs, dans la limite des possibilités de réalisation.

Positionné entre les moments de grande concentration que constituent les temps de classe du matin et de l'après-midi, la pause méridienne se conçoit comme un **temps libre encadré** qui doit permettre aux enfants de **se reposer** et **d'être disponibles pour les apprentissages** de l'après midi. Ils doivent pouvoir s'adonner à des activités de leur choix en toute liberté et en toute **sécurité morale, physique et affective**.

Les temps d'animation compris entre 45 minutes et 1h en fonction de l'âge des enfants doivent être alternés avec des temps plus calmes.

## V. Chartes des pauses méridiennes

Aucune mesure vexatoire ne saurait être prise par le personnel encadrant. Sont strictement interdits :

- les châtiments corporels
- les humiliations
- les privations de nourriture
- les punitions collectives

En cas de difficulté de comportement d'un enfant, les animateurs ont la responsabilité d'accompagner l'enfant pour qu'il puisse prendre conscience de ses actes. Les sanctions ont une visée réparatrice et éducative par rapport aux règles de vie en collectivité.

### DÉVELOPPER L'AUTONOMIE DE L'ENFANT

→ *AFIN D'ASSURER L'AUTONOMIE FUTURE DE L'ENFANT, LA PAUSE MÉRIDienne DOIT :*

- permettre à l'enfant d'accroître son autonomie, d'agir, de penser,
- permettre à l'enfant de développer sa motricité.

Pendant toute la durée de la pause méridienne, toutes les occasions sont bonnes pour aider l'enfant à grandir, et sa motivation sera d'autant plus forte que l'on encouragera et valorisera ses progrès, ses actions positives.

→ *LES ENFANTS SONT RESPONSABILISÉS*

- l'enfant est capable d'assumer ses actes et paroles,
- l'enfant participe à des actions dans l'intérêt de tous.

Les responsabilités ne sont pas les mêmes à tout âge. La prise de responsabilité sera développée et encouragée., ainsi que les actions de médiation entre pairs.

### L'HYGIÈNE

Le personnel d'animation assure la surveillance et l'encadrement des enfants durant la pause méridienne.

→ *RÈGLES D'HYGIÈNE*

Soucieux de l'hygiène corporelle, les enfants effectuent un passage aux toilettes et un lavage des mains avant d'entrer au restaurant scolaire. Les agents d'animation assurent une entrée et une sortie du restaurant dans le calme et dans les meilleures conditions de sécurité.

### LA SÉCURITÉ

→ *EN CAS D'ACCIDENT*

Blessure bénigne, égratignure, petite contusion, l'animateur principal :

- soigne l'enfant
- avertit les parents le soir,
- prévient le directeur de l'école (inscription sur le cahier de liaison).

Blessure plus grave, l'animateur principal :

- appelle le SAMU ou les pompiers
- accompagne l'enfant à l'hôpital, avec sa fiche sanitaire (vaccins, allergies...)
- informe le référent de site, qui se charge de prévenir la direction des actions éducatives,
- prévient les parents et reste auprès de l'enfant jusqu'à leur arrivée,
- prévient le directeur de l'école,
- remplit la déclaration d'accident dans les 48 heures

Tout incident fera l'objet d'un rapport au directeur d'école et à la direction éducation et d'un signalement aux parents.

### LE RESPECT

→ *LES ENFANTS SONT EDUQUÉS À LA VIE ET AU RESPECT DES RÈGLES EN COLLECTIVITÉ*

- les enfants apprennent à vivre ensemble,
- l'enfant identifie les valeurs du groupe et la différence de ses individus,

- l'enfant participe à des actions dans l'intérêt du groupe.

Pendant la pause méridienne, les enfants évoluent plus librement qu'en classe. Mais tout n'est pas permis : il y a des règles, des usages, des bonnes pratiques. L'adulte apprend et montre à l'enfant la valeur du respect, de la tolérance, du dialogue, de la solidarité, de l'intérêt général. Par son comportement, l'adulte a ici valeur d'exemple : il est donc le garant de ces bonnes pratiques.

Le rôle des adultes qui encadrent la pause méridienne est primordial afin que celle-ci soit un moment de plaisir et de convivialité. Il veille également à réguler l'ambiance afin que le repas se déroule dans le calme.

### L'ÉPANOUISSEMENT DE L'ENFANT

C'est par la pratique d'activités ludiques, culturelles, artistiques, physiques et sportives dans son temps libre que l'enfant va prendre conscience de ses potentiels ou de ses limites et s'orienter vers des domaines les plus conformes à sa personnalité

La découverte de soi-même, de ses propres potentialités doit lui permettre de prendre confiance en lui, de s'épanouir, de trouver sa place parmi les autres.

La notion de choix est donc indispensable à l'atteinte de ces objectifs. Il est demandé de tout mettre en œuvre pour permettre à chaque enfant d'élaborer son propre parcours ludique.

Dans le cadre de l'épanouissement des enfants, les encadrants doivent faire preuve de bienveillance et adapter leur comportement aux besoins de l'enfant.

# 4.

## LES PROFESSIONNELS DE LA PAUSE MÉRIDienne

### LES TAUX D'ENCADREMENT

Il n'existe pas de réglementation officielle pour les taux d'encadrement de la pause méridienne. A titre d'information, la Ville tend à respecter un taux global d'encadrement qui est celui du Ministère de la Jeunesse et des Sports relatif à l'accueil périscolaire.

Ainsi, la Ville de Lille s'est donnée comme objectif un taux d'encadrement sur la pause méridienne de :

- Taux moyen d'encadrement en maternelle : 1 adulte pour 10 enfants en maternelle
- Taux moyen d'encadrement en élémentaire : 1 adulte pour 14 enfants en élémentaire

Ces taux ne sont qu'indicatifs, selon la nature et la configuration des sites, ils peuvent varier à la hausse ou à la baisse.

### LES MOYENS HUMAINS

Une équipe pluridisciplinaire intervient sur le temps de la pause méridienne. Pour obtenir un temps de qualité et assurer le bien-être de



## V. Chartes des pauses méridiennes

l'enfant, l'ensemble des adultes assurent **une cohérence éducative et s'accordent autour de valeurs et de règles partagées.**

Sur le temps de la pause méridienne, les agents municipaux comprennent :

- les agents de la restauration
- les agents d'animation (ATSEM, animateurs de la direction des actions éducatives).

**Des temps de formation, d'échanges et de préparation sont organisés afin de permettre aux agents de garantir la cohérence du temps de pause méridienne.**

### **Les agents de restauration**

Les agents de la restauration ont pour rôle :

- d'assurer la préparation et la distribution des repas, dans le respect des règles d'hygiène et de sécurité,
- de participer à l'information sur les notions d'équilibre alimentaire et de besoins nutritionnels
- de garantir l'hygiène des locaux.
- de participer à la qualité du service rendu aux côtés des personnels qui encadrent les enfants lors du déjeuner sur les aspects organisationnels et l'environnement du restaurant

### **Les équipes d'animation pour les enfants de maternelle et d'élémentaire**

Le référent de site du groupe scolaire a un rôle primordial dans l'organisation de la pause méridienne. Il veille à la cohérence entre tous les temps périscolaires (matin, midi et soir). Il élabore le projet pédagogique périscolaire et impulse les activités des temps forts (semaine bio, fraîche attitude, semaine régionale, etc...) Le référent de site est la personne de référence qu'il convient de contacter pour faire circuler les informations, pour faire remonter les problèmes jusqu'aux personnes concernées, et pour répercuter tout renseignement nécessaire au bon fonctionnement de la pause méridienne. Il est l'interlocuteur privilégié des parents et des enseignants.

L'équipe d'animation de la pause méridienne est encadrée par un animateur principal dont

le rôle est d'assurer le bon fonctionnement du temps de la pause méridienne, en relation avec les équipes de restauration et les enseignants. L'animateur principal est placé sous la responsabilité hiérarchique du référent de site.

Le référent de site et l'animateur principal sont garants des objectifs énoncés dans la charte et accompagnent les équipes d'animation dans la mise en œuvre de ces objectifs en lien avec l'équipe de restauration et l'équipe enseignante.

### **La pause méridienne en maternelle**

Le rôle des équipes d'animation en maternelle est de subvenir aux besoins de l'enfant en matière d'hygiène, de sécurité physique et affective et d'éducation.

Dès lors, plusieurs tâches sont mises en œuvre :

- garantir l'hygiène corporelle et alimentaire des enfants,
- aider matériellement l'enfant à prendre son repas,
- être à table avec les enfants,
- soigner les enfants lors des petites blessures,
- favoriser l'intégration de tous les enfants,
- faire le lien entre l'enfant, l'enseignant et les parents,
- sensibiliser les enfants à la découverte du goût,
- participer à l'éducation des enfants en leur apprenant les valeurs fondamentales telles que socialisation, responsabilisation, autonomie, politesse, respect des règles, tolérance, etc.
- faire respecter les règles de vie,
- proposer des activités adaptées (chants, comptines, relaxation, etc.),
- participer aux actions d'éducation nutritionnelle en direction des enfants.

### **La pause méridienne en élémentaire**

Le rôle des équipes d'animation en élémentaire est d'assurer la surveillance et l'animation des enfants pendant la pause méridienne (avant, pendant et après le repas).

## V. Chartes des pauses méridiennes

Au-delà des tâches précédemment identifiées pour les équipes d'animation maternelle, il revient également d'autres responsabilités, liées à l'âge des enfants :

- anticiper et gérer les conflits entre enfants,
- développer les notions d'équilibre alimentaire et de besoins nutritionnels,
- mettre en place des activités (animations diverses, jeux de cour, activités manuelles, etc.) sur la base de volontariat de l'enfant,
- renforcer les valeurs liées à l'éducation.

# 5.

## LES LOCAUX

---

Dans le cadre d'une vie en collectivité, le développement de relations humaines saines, propices à une ambiance de travail et de vie agréable, passe nécessairement par l'application des règles élémentaires de respect des personnes, des locaux et du matériel.

Le partage des locaux durant la pause méridienne fait l'objet d'une concertation en début d'année scolaire entre le directeur d'école et le référent de site afin de définir les salles propres à chacun, les locaux partagés, l'utilisation du matériel et les règles de vie commune que ce soit en termes de :

- respect des consignes de sécurité et les conditions d'accès aux locaux détaillées ci-après.
- application des principes de propreté nécessaires à une vie en collectivité
- respect des règles élémentaires de vie collective interne
- respect des remarques formulées par les uns et les autres

Durant la pause méridienne, chaque école dispose des moyens suivants :

- *LE RESTAURANT SCOLAIRE*
- *LA SALLE DE SIESTE*
- *LA SALLE PÉRISCOLAIRE*
- *LES AUTRES SALLES SPÉCIFIQUES*

bibliothèque centre documentaire, salle informatique, salle de motricité, salle d'arts plastiques, etc.

- *LES SALLES DE CLASSE.*

Sur la base de la concertation établie en début d'année scolaire entre le directeur d'école et le référent de site, les salles de classes doivent rester accessibles aux animateurs en fonction des besoins et/ou d'un projet spécifique (par exemple le retour au calme si celui-ci est mis en place par les animateurs municipaux).

- *LES AMENAGEMENTS EXTÉRIEURS*



# 6.

## LA CONTINUITÉ ÉDUCATIVE

Le temps de la pause méridienne est un temps d'éducation et de socialisation fondamental dans la journée de l'enfant qui doit s'inscrire en continuité et en cohérence avec le temps de la vie familiale et le temps scolaire réservé aux apprentissages. C'est pourquoi la charte de la pause méridienne doit susciter l'adhésion de tous, à la fois les personnels municipaux qui participent à l'accueil de l'enfant sur ce temps mais également les familles et l'équipe enseignante, et permettre à chacun de trouver sa place.

### L'ÉCOLE

La pause méridienne joue un rôle essentiel dans l'aménagement de la journée scolaire et doit s'inscrire dans une continuité éducative. La pause méridienne est un temps de ressourcement qui doit permettre aux enfants de souffler et d'être dans de bonnes dispositions pour les apprentissages. Les transitions avec le temps scolaire avant et après la pause méridienne sont des moments importants qui permettent l'échange d'informations. La coordination entre les agents de la pause méridienne et l'équipe enseignante doit être source de cohérence et de cohésion. Le partenariat avec l'équipe enseignante doit être effectif au quotidien afin de permettre une meilleure prise en charge de l'enfant.

Le projet éducatif de la pause méridienne découle du projet de site élaboré avec l'équipe d'animation. Ce projet de site s'appuie sur le **constat établi** par l'équipe d'animation. Il veille à **établir des passerelles avec le projet de l'école**.

### LA TRANSITION AVEC LE TEMPS SCOLAIRE : LE RETOUR AU CALME

Une **concertation** est établie entre l'équipe enseignante et l'équipe d'animation afin d'assurer la **transition vers les apprentissages** de l'après midi. **Un quart d'heure avant la reprise des enseignements**, les enfants retournent dans leur classe respective ou dans un espace (BCD, salle d'art plastique...), choisi en commun, pour un temps calme, encadré par les animateurs ou les enseignants. Le déroulement de ce retour au calme est établi en début d'année scolaire entre les professionnels. Ce temps doit permettre aux enfants d'être dans de bonnes conditions d'apprentissage et aux enseignants de reprendre leur classe en toute sérénité.

### LES FAMILLES

Si la Ville de Lille met tout en œuvre pour que la pause méridienne soit un temps d'épanouissement pour les enfants, les parents restent, aussi dans ce domaine, les premiers éducateurs.

Les familles sont informées sur la composition du menu qui sont consultables :

- dans l'école. Ceux-ci sont actualisés chaque mois par le référent de site
- en ligne sur le site de Ville de Lille à l'adresse suivante : [parents.lille.fr](http://parents.lille.fr) ou sur l'espace famille à l'adresse suivante : <https://lille.espace-famille.net>

Le planning des activités est également disponible dans l'école et auprès du référent de site.

Les parents ont également accès à toutes les informations nécessaires sur le déroulement de la pause méridienne, par le biais du référent de site du groupe scolaire, avec lequel ils peuvent prendre rendez vous si nécessaire

Des rencontres avec les représentants de parents d'élèves, les équipes municipales et/ou les élus peuvent être organisées durant l'année, sur demande préalable. Ces rendez-vous pris auprès des Référents de site permettent d'échanger avec les familles sur le fonctionnement et l'organisation des équipes de la pause méridienne.

**POUR PLUS D'INFORMATIONS :**

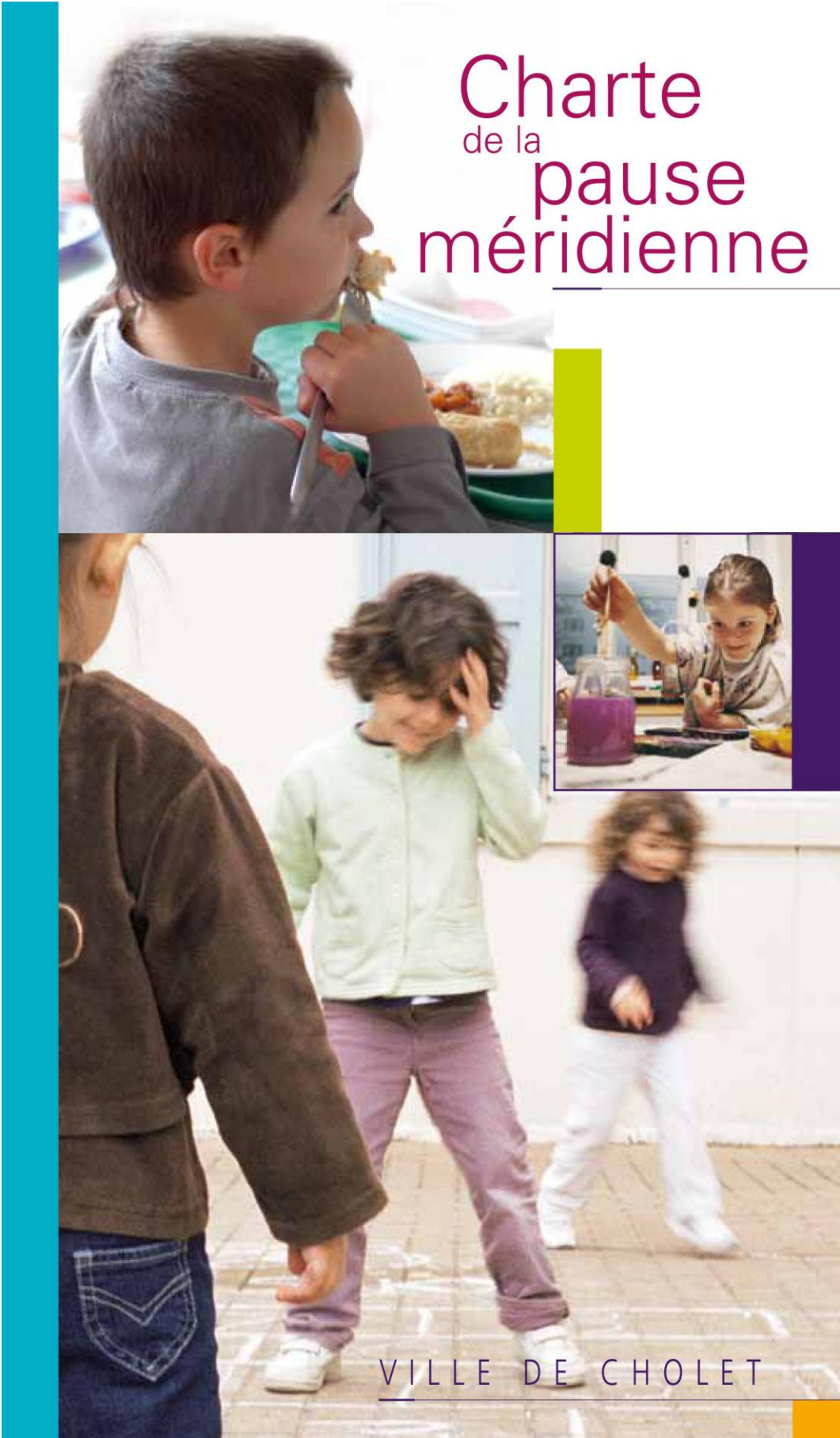
Direction des actions éducatives  
Hôtel de Ville – Place Augustin LAURENT  
59 033 LILLE Cedex  
Téléphone : 03 20 49 56 87  
Mail : [accueil.education@mairie-lille.fr](mailto:accueil.education@mairie-lille.fr)





## V. Chartes des pauses méridiennes

### V.2. Charte de la ville de Cholet



# Propos introductif

### Une Charte, pour quoi faire ?

La Ville de Cholet s'est fixé, depuis de nombreuses années, l'objectif de développer la qualité des accueils périscolaires proposés aux enfants et aux familles. Ces accueils sont pour les enfants de véritables lieux d'éducation et de socialisation. Ils sont des interfaces entre le temps de la vie familiale et le temps scolaire réservé aux apprentissages.

Le temps de midi des enfants entre 11 h 45 et 13 h 35 appelé pause méridienne correspond à un temps périscolaire, placé directement sous la responsabilité du Maire de Cholet.

Des adultes, aux compétences et missions diverses, agents de restauration, ATSEM, animateurs, composent l'équipe éducative au service de l'enfant. Dans certaines conditions, l'équipe est étoffée d'auxiliaires de vie scolaire mis à disposition par l'Education Nationale pour des enfants handicapés.

La présente charte vise donc à être un outil de référence pour favoriser l'échange entre les différents acteurs de la communauté éducative, afin que chacun trouve sa place dans le groupe.

Elle contribue à définir les valeurs éducatives, à développer et faire connaître les actions du personnel encadrant la pause méridienne, en lui fournissant son cadre de référence propre.



### Comment a-t-elle été élaborée ?

Un Comité de Pilotage a été institué. Il est composé de l'Adjoint au Maire chargé de l'Enseignement, de représentants des agents travaillant sur la pause méridienne, de représentants de la Direction Générale, de la Direction des Ressources Humaines et de la Direction de l'Enseignement, des Sports et de la Jeunesse, d'un Inspecteur de l'Education Nationale et de 2 représentants syndicaux. Le projet de charte a été soumis pour avis au Comité Consultatif de la Famille, ainsi qu'à 2 directeurs d'école.

Pour rédiger cette charte, il s'est appuyé sur un travail approfondi des agents des écoles, réunis par petits groupes à plusieurs reprises pour réfléchir sur les objectifs de la pause méridienne, formaliser le contenu de leur mission et décliner leurs activités pendant ces 2 heures.

### Qu'y trouve-t-on ?

La Charte de la Pause Méridienne s'articule autour de 5 grands thèmes : les objectifs de la pause méridienne, les moyens humains, les moyens matériels, le déroulement chronologique et les actions de communication et de coordination.

# 1 Les objectifs de la pause méridienne

Chaque jour de classe, la Ville de Cholet prend en charge, pendant l'interclasse du midi, 2 500 enfants répartis dans 18 restaurants.

Fournir un repas à tous ces enfants constitue bien sûr la priorité et le fondement même du service de restauration scolaire. Mais la mission de la Ville va bien au-delà de l'acte "donner à manger".

Grâce à la participation de 250 agents, la Ville assure trois grandes missions, en plaçant toujours l'enfant au centre de ses préoccupations. Et pour chacune de ces missions, plusieurs objectifs ont été définis.

**1<sup>ère</sup> mission** : distribuer à l'enfant un repas de qualité, en quantité adaptée à ses besoins, dans les meilleures conditions d'hygiène et de sécurité

Pour assurer cette mission, l'action du service et des agents se décline à partir de 5 objectifs :

### 1. L'enfant est éveillé au goût

- > l'enfant prend plaisir à manger,
- > le choix des repas prend en compte l'importance et la diversité des traditions culinaires,
- > le personnel invite l'enfant à la découverte sensorielle des aliments.



### 2. L'enfant est informé sur l'équilibre nutritionnel

- > le personnel sensibilise l'enfant à l'équilibre nutritionnel,
- > les repas servis satisfont aux besoins nutritionnels.

L'action consiste donc ici à travailler très en amont la composition des repas, à former le personnel sur l'équilibre nutritionnel, à conseiller l'enfant au moment même où il prend son repas.

### 3. L'enfant est associé et responsabilisé sur l'organisation de son repas

Les conditions d'organisation du repas intègrent, dans la mesure du possible et du respectable, les choix de l'enfant concernant :

- > l'assortiment des entrées, fromages et desserts (pour les restaurants self-service),
- > sa quantité d'aliments dans l'assiette : "goûter à tout",
- > sa place à table,
- > son implication et sa motivation au service du groupe : être chef de table (à partir de la moyenne section), pour l'eau et le pain par exemple, etc.

### 4. L'enfant doit respecter les règles d'hygiène

Il s'agit tout autant de l'hygiène personnelle que de la façon même de manger.

### 5. Le personnel concourt à l'obligation de résultat pour la sécurité liée à l'alimentation

Prévenir les intoxications alimentaires, éviter les accidents et les incidents, être vigilant pour les enfants atteints d'allergie, etc.

## V. Chartes des pauses méridiennes

### Les objectifs de la pause méridienne

#### **2<sup>e</sup> mission** : garantir à l'enfant sa sécurité physique et psychoaffective

7 objectifs doivent être atteints pour remplir cette mission auprès de l'enfant (considéré alors dans ses besoins individuels) aussi bien avant, pendant ou après le repas proprement dit :

##### 1. Les rythmes et besoins de l'enfant sont respectés

Le service du repas doit s'adapter autant que possible à ces rythmes et besoins, et non l'inverse. Il faut aussi savoir adapter les consignes en fonction des enfants, pouvoir laisser une certaine marge de liberté et ménager des moments de calme.

##### 2. L'organisation de la pause méridienne permet à l'enfant d'exister en tant qu'être unique, différent des autres

Il s'agit de respecter et de faire respecter l'enfant un peu ou très différent par sa culture, ou sa maladie, ou son handicap, ou son comportement, tout en invitant l'enfant différent à s'intégrer dans les règles ou les habitudes du groupe.



##### 3. Les conditions d'organisation permettent à l'enfant d'avoir des repères rassurants

Respecter les affinités entre enfants, garantir le calme, instaurer des rituels et un climat familial et équitable, créer des liens de confiance.

##### 4. L'enfant doit avoir des repères structurants

L'action consiste ici à relier clairement chaque enfant à un "adulte-référent", à organiser le déroulement et poser les règles de la pause méridienne de façon régulière, transparente et compréhensible, à assurer la meilleure stabilité des personnels du restaurant.



##### 5. La pause méridienne doit être un moment d'échange et de plaisir

La pause méridienne doit rester une pause : l'enfant doit pouvoir "se déconnecter" des heures de classe. Offrir un cadre confortable et ludique, proposer des activités, des jeux, des histoires, entretenir une relation bienveillante et cordiale avec les enfants : autant d'actions qui contribuent au plaisir d'être ensemble au restaurant scolaire. Ce moment comporte également un temps de repos sans activité dirigée.

##### 6. Les différents acteurs adultes de la pause méridienne doivent faire preuve de cohésion et de cohérence

Si les adultes ne s'entendent pas ou bien s'ils n'appliquent pas les mêmes principes ou se contredisent entre eux, les enfants sont perdus... ou bien ils en profitent...

##### 7. Les enfants doivent évoluer dans un cadre sécuritaire garanti

Garantir un encadrement suffisant par rapport au nombre d'enfants, contrôler les absents/présents dès 11h45, prévenir les accidents, réagir immédiatement en cas de blessure, etc.

### Les objectifs de la pause méridienne

**3<sup>e</sup> mission :** permettre à l'enfant d'acquérir, dans la convivialité, les notions d'autonomie, de responsabilisation, de socialisation

Cette mission véritablement éducative, qui s'accomplit là aussi avant, pendant et après le repas proprement dit, s'articule autour de 3 objectifs :

#### 1. Dans une perspective d'avenir, assurer l'indépendance future de l'enfant

- > permettre à l'enfant d'accroître son autonomie, d'agir, de penser,
- > permettre à l'enfant de développer sa motricité.

Pendant les 1 h 50 mn de la pause méridienne, toutes les occasions sont bonnes pour aider l'enfant à grandir. Et sa motivation sera d'autant plus forte qu'on encouragera et valorisera ses progrès, ses actions positives.

#### 2. Les enfants sont éduqués à la vie en collectivité

- > les enfants apprennent à vivre ensemble,
- > l'enfant identifie les valeurs du groupe et la différence de ses individus,
- > l'enfant participe à des actions dans l'intérêt du groupe.

Pendant la pause méridienne, les enfants évoluent plus librement qu'en classe. Mais tout n'est pas permis : il y a des règles, des usages, des bonnes pratiques. L'adulte apprend et montre à l'enfant la valeur du respect, de la tolérance, du dialogue, de la solidarité, de l'intérêt général.



#### 3. Les enfants sont responsabilisés

- > l'enfant est capable d'assumer ses actes et paroles,
- > l'enfant participe à des actions dans l'intérêt de tous.

Bien sûr, les responsabilités ne sont pas les mêmes à tout âge. Mais le rôle de l'adulte est bien d'expliquer à l'enfant que telle parole ou telle action de sa part peut créer chez l'autre (enfant ou adulte) du bien-être ou au contraire du désarroi.

# Les moyens humains 2

## 1. Les taux d'encadrement

Aucune réglementation n'existe pour les taux d'encadrement pendant la pause méridienne. Pour information, la Ville de Cholet affiche des moyennes proches des recommandations de la nouvelle norme AFNOR qui ne s'applique que sur la base du volontariat.

Taux moyen d'encadrement en maternelle : 1 adulte pour 11 enfants

Taux moyen d'encadrement en élémentaire : 1 adulte pour 23 enfants

## 2. Les rôles et missions des agents

Sur le temps de la pause méridienne, les agents municipaux sont répartis en 3 équipes distinctes :

- > l'équipe de restauration,
- > l'équipe d'agents d'animation pour les enfants de maternelle,
- > l'équipe d'agents d'animation pour les enfants d'élémentaire.

Les missions, les tâches et les profils professionnels des agents sont différents d'une équipe à l'autre.

### L'équipe de restauration

**Son rôle**

- > assurer la préparation et la distribution des repas, dans le respect des règles d'hygiène et de sécurité,
- > participer à l'information sur les notions d'équilibre alimentaire et de besoins nutritionnels,
- > garantir l'hygiène des locaux.

**Ses tâches**

- > accueillir les enfants à la borne Cart'Ville, les aider et les conseiller le cas échéant,
- > assurer la mise et la desserte des tables,
- > servir des repas de qualité et soigner la présentation,
- > assurer le service aux enfants en tenant compte de l'envie et de l'appétit de l'enfant, l'inciter à goûter à tout,
- > entretenir les locaux et le matériel de cuisine,
- > collaborer à l'application de Midi-Vie dans les écoles élémentaires concernées (voir ci-après),
- > s'impliquer dans la conduite des animations thématiques mises en place par la Cuisine Centrale ou les agents d'animation,
- > procéder à l'application et au suivi des Projets d'Accueil Individualisé (PAI) (voir ci-après),
- > participer aux actions d'éducation nutritionnelle en direction des enfants de maternelle et d'élémentaire.

## V. Chartes des pauses méridiennes

### Les moyens humains

#### L'équipe d'agents d'animation maternelle

La surveillance maternelle est effectuée essentiellement par les Agents Territoriaux Spécialisés des Ecoles Maternelles (ATSEM) soutenus par quelques autres agents spécialisés en petite enfance.

**Son rôle** > subvenir aux besoins de l'enfant en matière d'hygiène, de sécurité physique et affective et d'éducation.

**Ses tâches**

- > garantir l'hygiène corporelle et alimentaire des enfants,
- > aider matériellement l'enfant à prendre son repas,
- > soigner les enfants lors des petites blessures,
- > favoriser l'intégration de tous les enfants,
- > faire le lien entre l'enfant, l'enseignant et les parents,
- > sensibiliser les enfants à la découverte du goût,
- > participer à l'éducation des enfants en leur apprenant les valeurs fondamentales telles que socialisation, responsabilisation, autonomie, politesse, respect des règles, tolérance, etc.
- > faire respecter les règles de vie,
- > proposer des activités adaptées (chants, comptines, relaxation, etc.),
- > participer aux actions d'éducation nutritionnelle en direction des enfants.



#### L'équipe d'agents d'animation d'élémentaire

La surveillance élémentaire est effectuée par des agents de la Ville, qui, pour la plupart, sont titulaires du Brevet d'Aptitude aux Fonctions d'Animateur (BAFA) et/ou du CAP Petite Enfance.

**Son rôle** > assurer la surveillance et l'animation des enfants pendant la pause méridienne (avant, pendant et après le repas).

**Ses tâches** Les grandes missions liées aux enfants de maternelle (voir précédemment), concernent aussi les élémentaires. Il leur revient aussi d'autres responsabilités, liées à l'âge des enfants :

- > anticiper et gérer les conflits entre enfants,
- > développer les notions d'équilibre alimentaire et de besoins nutritionnels,



- > mettre en place des activités (animations diverses, jeux de cours, activités manuelles, etc.) sur la base de volontariat de l'enfant,
- > renforcer les valeurs liées à l'éducation,
- > faire appliquer Midi-Vie.

Chaque équipe doit entretenir une bonne organisation, une bonne cohésion et assurer la cohérence de ses actions jour après jour.

Mais au sein d'une même école, les trois équipes doivent aussi travailler en bonne intelligence les unes avec les autres.

### 3. Les Educateurs Territoriaux des Activités Physiques et Sportives (ETAPS)

Selon les possibilités de l'école ou proches de l'école (salle de sports, terrain de sport, etc.), les élèves de CM1 et de CM2 ont la possibilité de participer à des séances sportives entre 12h45 et 13h30, selon un planning défini. Elaborées conjointement avec les enfants, elles sont encadrées par des ETAPS du Service des Sports de la Ville de Cholet.

La participation à une séquence de plusieurs séances est subordonnée à l'accord écrit des parents. L'objectif recherché est la découverte de nouvelles activités, la convivialité, mais en aucun cas la compétitivité.

L'enfant s'engage à être présent à l'ensemble de la séquence.



# Les moyens matériels

# 3

18 groupes scolaires, ce sont autant de locaux et d'aménagements différents. Ces particularités influent directement sur l'organisation de la pause méridienne. On peut affirmer que sur le temps de la pause méridienne, chaque école dispose des moyens suivants :

### 1. Les locaux intérieurs

#### La restauration

Chaque restaurant scolaire comprend une partie dite "office" et une ou plusieurs salle(s) de restaurant.

L'office est le lieu de stockage et de préparation des repas. Ce lieu est interdit aux enfants et à toute personne étrangère au service pour des raisons évidentes d'hygiène et de sécurité. Une partie vaisselle/plonge complète cet équipement.

Dans quasiment chaque site, les enfants de maternelle et d'élémentaire disposent d'espaces de restauration distincts, permettant ainsi un déroulement et un rythme adaptés.

#### La salle de sieste

Chaque école maternelle dispose, suivant les cas, d'une ou deux salle(s) de sieste, qui permet(tent) aux plus petits de se reposer dans de bonnes conditions (litière adaptée, lieu calme).



12 | charte de la pause méridienne

#### La salle d'accueil périscolaire

La plupart des écoles possède son propre lieu pour l'animation de la pause méridienne. Cet endroit est souvent la salle réservée à l'accueil périscolaire du soir et du matin.

#### Les autres salles spécifiques

Suivant les écoles et en accord avec les enseignants, les enfants peuvent avoir accès à certaines salles spécifiques : bibliothèque, salle informatique, salle de motricité, salle d'arts plastiques, etc.

### 2. Les aménagements extérieurs

Avant et après le repas, les enfants disposent des cours de récréation et de leurs aménagements pour se détendre et jouer : préau, jeux extérieurs, bacs à sable, toboggans, cabanes, installations sportives (buts de football, paniers de basket, etc.).



### 3. Le matériel

#### Les jeux et jouets

Chaque équipe dispose de ses propres jeux et jouets (jeux de société, jeux de construction et d'assemblage divers). Régulièrement, les responsables d'animation s'en procurent d'autres grâce à un partenariat avec la Ludothèque Municipale "Les 3D".

#### Le petit matériel de bricolage

Outre le petit matériel de dessin/bureautique (papier, crayons, feutres, peinture, etc.), les équipes disposent de divers matériaux de loisirs créatifs pour les activités manuelles et la décoration.

#### Autre matériel

Les équipes d'animation de la pause méridienne peuvent, suivant les écoles, avoir accès au matériel audiovisuel (radio-K7, lecteur CD) pour les activités de détente et de relaxation.

Pour les jeux extérieurs, les enfants disposent de matériel sportif (ballons, cerceaux, cordes à sauter, etc.) et peuvent utiliser les jeux de cours (vélos, tricycles, trottinettes, seaux et pelles à sable, etc.).

13



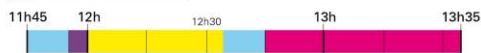
# Déroulement de la pause méridienne

## 4

### Pour les enfants des écoles maternelles

Les déroulements ci-dessous sont présentés à titre indicatif.

#### Pré-petite et petite section



Contrôle des effectifs au sein de la classe.

#### Moyenne et grande section



Contrôle des effectifs au sein de la classe.



N.B. : Compte-tenu de la distance séparant l'école du restaurant municipal, le déroulement de la pause méridienne pour l'école de la Chevalerie au Puy St Bonnet est légèrement différent.

### Pour les enfants des écoles élémentaire

Les déroulements ci-dessous sont présentés à titre indicatif.

A la fin de la classe, les animateurs procèdent à l'appel des enfants de leur classe respective, en classe ou dans le lieu de regroupement défini pour l'école.

#### Restaurants élémentaires avec un seul service (Jules Verne, Brontë, Girardière)



#### Restaurants élémentaires avec service en self



L'accès au restaurant se fait selon l'ordre de roulement par classe pré-établi. Les enfants sortent individuellement du restaurant après vérification du plateau et accord de l'animatrice.

#### Restaurants élémentaires avec service à table

##### 1<sup>er</sup> service



Après le repas, les enfants débarassent les couverts en bout de table.

##### 2<sup>e</sup> service



En arrivant, les enfants installent les couverts propres disposés en bout de table. Après le repas, les enfants débarassent les couverts en bout de table.



N.B. : Compte-tenu de la distance séparant l'école du restaurant municipal, le déroulement de la pause méridienne pour les écoles de la Chevalerie au Puy St Bonnet et Marie Curie est légèrement différent.

# 5

## Communication - coordination

### 1. Communication avec les parents

Comment les parents peuvent-ils obtenir des informations sur le déroulement de la pause méridienne ?

#### au quotidien :

- > en maternelle, l'ATSEM pourra répondre aux questions le matin ou le soir,
- > en élémentaire, auprès du responsable d'animation présent dans la salle d'accueil périscolaire (sauf pour la Bourie et La Bruyère, où l'accueil périscolaire n'est pas municipal),
- > auprès de l'agent présent à la borne cart'ville,
- > ou auprès du responsable de site, si nécessaire en prenant rendez-vous avec lui.



#### au cours de l'année :

- > en début d'année scolaire lors des portes ouvertes des restaurants (présentation des équipes d'agents, des locaux et du fonctionnement),
- > en déjeunant dans le restaurant scolaire (cette possibilité est offerte une fois par an aux représentants des parents au Conseil d'école, sur demande) en présence de l'Adjoint au Maire chargé de l'Enseignement,
- > en visant le carnet Midi-Vie (à chaque perte de points ou en fin d'année scolaire),

- > en participant aux réunions de mise en place d'un Projet d'Accueil Individualisé (PAI),
- > grâce aux comptes-rendus des Comités Consultatifs de la Restauration Scolaire,
- > en appelant le Service Scolaire (02 72 77 23 60),
- > en prenant rendez-vous avec l'Adjoint au Maire chargé de l'Enseignement (02 72 77 21 00).



#### Que mangent les enfants ?

La Ville de Cholet met tout en œuvre pour participer à l'éducation nutritionnelle des enfants mais les parents restent, aussi dans ce domaine, les éducateurs privilégiés. C'est pour cette raison qu'après leur validation par le Comité Consultatif de la Restauration Scolaire (voir p. 19), les menus sont consultables par cycle scolaire sur le site internet de la ville et affichés de façon hebdomadaire à l'entrée des écoles.

#### Un enfant est malade ou blessé, que se passe-t-il ?

Suivant la situation, l'adulte responsable de l'enfant à ce moment, le prend en charge de manière individuelle (isoler, rassurer l'enfant, etc.) et pare au plus urgent. En fonction de la gravité, il contacte un parent à l'aide des coordonnées téléphoniques précisées sur la fiche individuelle de renseignements remplie par la famille en début d'année scolaire. Si la situation l'exige, l'adulte contacte immédiatement les secours. Lors d'un déplacement dans un véhicule de pompier ou dans une ambulance, l'enfant est systématiquement accompagné par un agent de la Ville.

Dans tous les cas, l'enseignant de l'enfant en sera informé dès que possible.



### 2. La coordination

Pour obtenir une animation de qualité sur le temps de la pause méridienne, cela implique une participation active de tous les acteurs et une coordination efficace avec les parents et les enseignants. Les passages du temps scolaire à la pause méridienne (11h45 et 13h35) sont ainsi des moments privilégiés pour la communication d'informations diverses. La coordination entre agents est quant à elle une préoccupation quotidienne afin de garantir au sein de chaque école un discours uniforme.

#### a. L'adulte référent

L'enfant doit avoir un adulte référent durant le temps du repas.

L'enfant identifie clairement cet adulte comme tel et sait qu'il peut se tourner vers lui en cas de besoin : il est vraiment sa personne ressource.

L'adulte se positionne clairement comme le seul référent de l'enfant. Cela lui permet, d'après sa bonne connaissance de l'enfant, d'être disponible pour l'écouter, d'adapter son attitude et d'intervenir en cas de besoin pour rappeler les règles. Il est aussi le garant de l'alimentation de l'enfant.

Au fil de l'année, cet adulte référent peut changer afin d'éviter l'installation d'une relation trop exclusive.

Dans tous les cas, l'enfant sera au centre des priorités afin de garantir ses intérêts.

#### b. La coordination à travers Midi-Vie et les règles de vie

Les règles de la vie de la pause méridienne découlent logiquement des règles de vie couvrant le temps scolaire, donc établies en concertation avec le personnel enseignant de l'école. Elles sont affichées dans chaque salle de restaurant et communiquées aux enfants.

Midi-Vie s'inscrit donc logiquement dans cette démarche de coordination avec tous les acteurs de la communauté éducative.

### 3. L'évaluation

Au début du 3<sup>e</sup> trimestre de chaque année scolaire, la Ville de Cholet et l'Education Nationale organiseront une évaluation qui sera analysée lors d'un comité de pilotage dans le mois suivant.

## Pour mieux comprendre

### 1. Le Comité Consultatif de la Restauration Scolaire

Cette commission extra-municipale a été mise en place pour donner son avis sur des points se rapportant au service municipal.

#### Sa composition

Cette commission est composée d'élus, de représentants de parents d'élèves, d'un directeur d'école maternelle, d'un directeur d'école élémentaire, du directeur et de la diététicienne de la société qui confectionne les repas.

La commission est ouverte ponctuellement et à titre consultatif à des personnes qualifiées : Inspecteurs de l'Education Nationale, médecin de santé scolaire, etc.

#### Sa mission

Elle émet des avis :

- > sur les menus proposés puis servis par le prestataire,
- > sur les projets d'aménagement de locaux,
- > sur les thèmes d'animation éducative et nutritionnelle, proposés par le prestataire ou par la Ville.

#### Ses méthodes de travail

- > la commission se réunit une fois par cycle scolaire (5 à 10 semaines) pour l'examen des menus,
- > des réunions sont organisées sur des thèmes particuliers : action pédagogique dans le cadre de l'animation, surveillance des repas,
- > les réunions sont organisées dans les restaurants scolaires, ce qui permet d'y inviter également des représentants d'enfants et le chef d'équipe du restaurant.



## V. Chartes des pauses méridiennes

Pour mieux comprendre

### 2. La restauration à Cholet

En 1989, la Ville de Cholet a décidé de confier à une société privée la fabrication et la livraison des repas, selon le principe de la liaison froide.

Une Cuisine Centrale a été construite à cet effet, dans la zone du Cormier.

Les repas sont livrés avec des véhicules frigorifiques et stockés à 3°C dans les chambres froides des offices.

Le personnel municipal assure la remise en température (63°C au moins) des plats chauds, au moment du service.



### 3. Cart'Ville

Cart'Ville est un système moderne et sûr de pré-paiement pour la restauration scolaire et l'accueil périscolaire. Chaque enfant possède une carte qu'il utilise sur une des bornes située dans l'école pour réserver au quotidien ces différents services. Il permet donc à la famille de choisir le jour même les prestations périscolaires dont elle a besoin pour son enfant.

### 4. Midi-Vie

Midi-Vie est un système de permis à points pour la pause méridienne (écoles élémentaires uniquement).

#### Les objectifs poursuivis sont :

- > de dégager un axe d'éducation à la vie collective sur un plan éducatif et non répressif,
- > de développer un outil de communication avec la communauté éducative,
- > de contribuer à ce que le temps de la pause méridienne soit régi avec les mêmes pratiques que celles utilisées sur le temps scolaire.

#### Les principes généraux sont les suivants :

- > capital de 10 points au début de l'année scolaire,
- > retrait possible de 1 à 3 points lorsque l'enfant ne respecte pas les règles de base de la vie collective :
  - 3 points en cas de non-respect d'une personne,
  - 2 points en cas de non-respect volontaire de la nourriture ou du matériel,
  - 1 point pour la faute mineure.
- > restitution possible des points lorsque l'enfant entreprend une action positive,
- > la décision du retrait ou de la restitution est prise collectivement par tout ou partie de l'équipe de surveillance en concertation avec l'enfant.

#### La relation avec la famille

- > à l'occasion de chaque décision de retrait de points, l'équipe de surveillance formalise une démarche de dialogue avec l'enfant pour, d'une part lui expliquer en quoi son comportement n'était pas acceptable et d'autre part, lui proposer de réaliser une action positive en contrepartie qui lui permettrait de récupérer le ou les points perdus,
- > chaque décision de retrait et de restitution est consignée dans le carnet Midi-Vie qui est alors transmis à la famille pour signature, via l'enseignant qui appose son visa,
- > le carnet est remis à chaque famille en fin d'année scolaire avec une mention manuscrite globale du comportement de l'enfant lorsqu'il n'y a pas eu de retrait de point.

## V. Chartes des pauses méridiennes

Pour mieux comprendre

### L'exclusion

L'exclusion restant la décision ultime, la démarche prévoit :

- > la rencontre avec la famille dès lors que l'enfant a perdu 7 points et qu'il n'a engagé aucune démarche positive,
- > la rencontre avec la famille au terme des 10 points perdus pour une éventuelle exclusion de 4 jours,
- > la remise d'un deuxième carnet au retour de l'exclusion pour ré-initier la même démarche qui pourrait aboutir cette fois à une exclusion de 3 mois.



### 6. La Charte des ATSEM

La Charte des ATSEM, signée le 9 octobre 2003 par M. le Maire de Cholet et l'Inspection Académique, n'avait pas la prétention d'examiner l'ensemble des tâches et des difficultés pouvant se présenter dans l'exercice de la fonction d'ATSEM mais constituait un outil de communication et une base de référence pour l'équipe enseignante et les agents. Les parents peuvent la consulter sur simple demande auprès de l'enseignant. Cerner la mission et appréhender au mieux le rôle des agents représentent les 2 principaux objectifs qui ne peuvent être effectifs que dans un esprit de respect mutuel de chacun des acteurs éducatifs. Chaque fin d'année scolaire, une évaluation est effectuée tant par le Service Scolaire que par le personnel enseignant.

### 7. Les responsables de site

Le responsable de site est un agent du Service Scolaire (grade d'agent de maîtrise) qui encadre l'ensemble des agents municipaux de 3 groupes scolaires communaux. Six responsables de site se partagent les écoles communales de la Ville de Cholet. Ils sont également des référents de proximité pour les directeurs d'école pour toutes les questions d'ordre logistique et éventuellement pour les parents pour les temps périscolaires.

### 5. Les Projets d'Accueil Individualisé (PAI)

Le Projet d'Accueil Individualisé est un protocole qui permet à l'enfant atteint de troubles de la santé d'être accueilli sur l'ensemble " du temps passé à l'école " dans les meilleures conditions possibles. La Ville de Cholet met tout en œuvre pour accueillir ces enfants avec comme cadre de référence la circulaire de l'Éducation Nationale du 8 septembre 2003. La Ville de Cholet s'attache particulièrement à ce que l'ensemble de la communauté éducative soit présente lors de ces réunions de mise en œuvre des PAI. Pour ce qui concerne les allergies alimentaires, la Ville de Cholet a opté pour le panier repas fourni par la famille dans des conditions strictes d'hygiène et de sécurité.

Dès lors qu'un enfant interpelle un agent de la Ville sur une "interdiction" alimentaire, le Service Scolaire prend immédiatement contact avec la famille pour s'assurer de la véracité des propos. Dans l'attente de la mise en place du PAI à l'initiative de la famille, l'enfant ne pourra déjeuner en restauration scolaire.

Gilles Bourdouloux  
Maire de Cholet  
Député

Daniel Auverlot  
Inspecteur d'académie

[www.ville-cholet.fr](http://www.ville-cholet.fr)

Direction de la Communication - Hôtel de Ville de Cholet - février 2011 - Photos : M. Boutin, goodshoot et Photo Alto



### V.3. Charte de la ville de Saint-Thibault-des-Vignes



## **CHARTRE SUR LE TEMPS DE LA RESTAURATION SCOLAIRE**

Edito de Monsieur le Maire

Depuis les années 1980, à l'issue d'une convention liant la commune avec l'Etat sur le développement des villes nouvelles, les élus, dès lors, ont eu la volonté, sans cesse confirmée par leurs décisions, de favoriser l'épanouissement de notre jeunesse, jeunesse d'autant plus présente qu'une explosion démographique touchait notre commune.

La mise en place d'un Centre de Loisirs avec des animateurs qualifiés, s'est adaptée, au fil des années, aux besoins d'accueil des enfants de trois à quinze ans.

Ce sont ces mêmes animateurs et animatrices, sous la responsabilité de Marthe Bordai, qui ont initié les accueils pré et post-scolaires dans nos trois écoles mais aussi, toute l'animation par des activités d'éveil appropriées, des « périodes méridiennes ».

Pour cette nouvelle étape de l'amélioration des services à l'enfance, cette « Charte Qualité » sur le temps de la restauration scolaire, rédigée par les équipes du service à l'enfance, du service scolaire, reflète toute l'implication de ces équipes pour un meilleur encadrement des enfants en âge scolaire.

Je les en félicite et souhaite succès à cette démarche,

Sincèrement,  
Le Maire,  
Sinclair VOURIOT



## **I) Les missions de la pause méridienne**

Permettre aux enfants de :

- Manger dans les meilleures conditions possibles (concerne le facteur temps, la qualité des repas, du service, du personnel d'encadrement et la propreté des locaux)
- Permettre à l'enfant la découverte d'activités culturelles et sportives
- Permettre à l'enfant d'acquérir dans la convivialité les notions d'autonomie, de socialisation et de responsabilisation.

## **II) Les moyens humains**

Rôle de chacun

L'encadrement pour information

Aucune réglementation n'existe pour le taux d'encadrement pendant la pause méridienne. Pour information, la Ville de Saint Thibault des Vignes a établi le choix suivant, soit 1 animateur pour 20 enfants en maternelle et 1 animateur pour 30 enfants en élémentaire.

L'ensemble des personnels communaux, agents de restauration, Agent Territoriaux Spécialisés des Ecoles Maternelles (A.T.S.E.M) et agents d'animation, bénéficie régulièrement de formation en rapport avec leur fonction.

La plupart des personnels de l'animation ont le Brevet d'Aptitude aux Fonctions d'Animateur (B.A.F.A).

L'équipe de restauration

Elle est composée de plusieurs membres en fonction du nombre d'enfants accueillis dont un a le rôle de responsable d'équipe. Son rôle consiste :

- à servir aux enfants, un repas de qualité avec une présentation soignée, quantitativement correspondant au Groupe d'Etude des Marchés de Restauration Collective et Nutrition (G.E.M.R.C.N), dans les meilleures conditions d'hygiène avec un entretien des locaux et du matériel de cuisine
- à assurer la mise en place et la desserte des tables
- à procéder à l'application et au suivi des Projets d'Accueil Individualisé (P.A.I)
- à s'impliquer dans la conduite des animations thématiques mises en place par le traiteur ou les agents d'animation (décoration du restaurant, maquillage...)

L'équipe d'animation maternelle

La pause méridienne est un moment hors temps scolaire, par conséquent, l'ensemble des agents présents sur ce temps, animateurs (y compris les A.T.S.E.M), agents de restauration et intervenants, participe à la mise en place du projet pédagogique.

## V. Chartes des pauses méridiennes

<b>Missions</b>	<b>Rôles et ou Moyens (animateurs)</b>
Assurer la surveillance et l'animation des enfants pendant la pause méridienne (avant, après et pendant le repas)	Ils déjeunent à la table des enfants et doivent connaître le nombre de demi-pensionnaires.
Assurer la prise du repas en aidant l'enfant matériellement, dans un environnement de qualité, en réduisant les bruits, les déplacements incessants..., et les inciter à goûter	Ils proposent à l'enfant de goûter à chaque composante du repas et établissent avec lui une organisation lors de la prise du repas. Ils apprennent aux enfants l'utilisation des couverts et à bien se comporter à table en laissant des locaux « propres ».
Garantir l'hygiène corporelle des enfants	Ils s'assurent du passage aux toilettes et du lavage des mains systématique avant et après le repas. Ils s'assurent de la mise en place des bavoirs et tout au long de la pause changent les enfants, si nécessaire.
Les soigner lors de petites blessures	Ils prennent en charge l'enfant, le rassurent et le soignent grâce à la pharmacie et remplissent le cahier « infirmerie ».
Favoriser l'intégration de tous les enfants	En accueillant l'ensemble des enfants au sein des restaurants scolaires, même ceux faisant l'objet d'un P.A.I. en les intégrant aux autres demi-pensionnaires.
Participer à leur éducation en leur inculquant les valeurs fondamentales comme la socialisation, la responsabilisation, l'autonomie, la politesse, le respect des règles, la tolérance...	Ils établissent des règles de vie et mettent en place un cahier de satisfactions des plats consommés, en maternelle : il sera rempli par l'adulte avec des codes compréhensibles par les petits.
Mise en place d'activités pédagogiques adaptées	Il s'agira de veiller aux besoins de l'enfant et connaître les capacités et spécificités des enfants à chaque tranche d'âge.
Créer une cohésion de groupe entre tous les acteurs en assurant la cohérence des actions	Le projet pédagogique est présenté à l'ensemble des acteurs. Un bilan sera établi.

### L'équipe d'animation élémentaire

<b>Missions</b>	<b>Rôles et ou Moyens (animateurs)</b>
Assurer la surveillance et l'animation des enfants pendant la pause méridienne (avant, après et pendant le repas).	Ils déjeunent à la table des enfants et doivent connaître le nombre de demi-pensionnaires.
Assurer la prise du repas en aidant l'enfant matériellement, dans un environnement de qualité (bruits et déplacements limités...), et les inciter à goûter.	Ils proposent à l'enfant de goûter à chaque composante du repas et établissent avec lui une organisation lors de la prise du repas. Ils apprennent aux enfants l'utilisation des couverts et à bien se comporter à table en laissant des locaux « propres ».
Garantir l'hygiène corporelle des enfants	Ils s'assurent du passage aux toilettes et du lavage des mains systématique avant et après le repas. Ils s'assurent de la mise en place des bavoirs et tout au long de la pause changent les enfants si nécessaire.

## V. Chartes des pauses méridiennes

Les soigner lors de petites blessures	Ils prennent en charge l'enfant, le rassurent et le soignent grâce à la pharmacie et remplissent le cahier « infirmerie ».
Favoriser l'intégration de tous les enfants	Ils permettent à l'ensemble des enfants de déjeuner au restaurant scolaire, même ceux faisant l'objet d'un P.A.I en les intégrant aux autres enfants.
Participer à leur éducation en leur inculquant les valeurs fondamentales comme la socialisation, la responsabilisation, l'autonomie, la politesse, le respect des règles, la tolérance...	Ils établissent des règles de vies et mettent en place un cahier de satisfactions des plats consommés, en élémentaire : il sera rempli par les enfants.
Mise en place d'activités pédagogiques adaptées	Il s'agira de veiller aux besoins de l'enfant et connaître les capacités et spécificités des enfants à chaque tranche d'âge.
Créer une cohésion de groupe entre tous les acteurs en assurant la cohérence des actions	Le projet pédagogique est présenté à l'ensemble des acteurs. Un bilan sera établi.
Anticiper et gérer les conflits entre enfants	Ils doivent avoir un rôle de référent et de médiateur auprès des enfants en leur faisant respecter les règles de vie instaurées avec leur concours.
Développer les notions d'équilibre alimentaire et de besoins nutritionnels	Mettre en place des ateliers ou des temps de sensibilisation aux règles d'hygiène alimentaire et au G.E.M.R.C.N en collaboration avec la diététicienne du traiteur.

Il doit exister une cohésion d'équipe, cela concerne même les équipes des trois restaurants scolaires.

### III) Les moyens matériels

Il existe trois groupes scolaires soit 3 maternelles et 3 élémentaires ainsi que trois restaurants scolaires.

#### a) Les locaux

##### La restauration

Les restaurants scolaires sont composés d'une partie « office », d'une partie vaisselle et d'une ou plusieurs salle(s) de restaurant.

L'office est le lieu de stockage et de préparation des repas. Ce lieu est interdit à toutes personnes extérieures au service de restauration pour des raisons d'hygiène et de sécurité.

Sur la plupart des sites, les enfants de maternelle et d'élémentaire disposent d'espaces de restauration distincts.

##### La salle d'accueil périscolaire

Les écoles possèdent leur salle réservée à l'accueil pré et postscolaire qui peut être utilisée pour la pause méridienne (activités).

### Les autres salles spécifiques

Selon les écoles et avec l'accord des enseignants, les enfants peuvent avoir accès à certaines salles comme la bibliothèque, la salle de motricité, la salle vidéo.

### **b) Les aménagements extérieurs**

Avant et après le repas, les enfants disposent des cours de récréation et de leur préau ainsi que des plateaux d'évolution (paniers de basket et buts de football notamment) pour se détendre et jouer.

### **c) Le matériel**

Chaque équipe d'animation dispose d'une malle pédagogique composée de jeux et jouets (jeux de société, matériels sportifs pour les jeux de cours, divers matériaux de loisirs créatifs...). De plus, la caisse des écoles fait un don des surplus de livres offerts aux élèves à Noël.

### **d) Les intervenants**

Dans le courant de l'année et dans le cadre des activités mises en place sur la pause méridienne, il arrive que des intervenants spécifiques, selon la thématique proposée, animent des ateliers (prévention routière, l'hygiène corporelle, la calligraphie...)

## **IV) Organisation de la pause méridienne : « déroulement »**

### **a) Déroulement**

D'une manière générale, l'appel des enfants est réalisé dans les classes. Les activités sont libres (en fonction du choix de l'enfant).






En maternelle, les trois restaurants sont en service à table. Toutefois, en cours d'année et à différentes reprises, les grandes sections, des restaurants équipés en self, profitent d'un accompagnement pour y déjeuner afin d'acquérir une plus grande autonomie à leur arrivée en CP.

### École Marie-Curie

Pour les élèves de la maternelle






#### Toute petite/petite section et moyenne section

11H25	11H30/11H40-12H30	12H30/12H35	12H35/12H45	12H45/13H25
-------	-------------------	-------------	-------------	-------------

 Appel des enfants dans les classes	 Toilette/lavage des mains et déjeuner au restaurant	 Sortie des enfants
 Toilette/lavage des mains	 Activités calmes organisées/toilette et lavage des mains puis accompagnement au dortoir	

#### Moyenne et grande section






11H25	11H30/12H	12H/12H10	12H10/13H05	13H05/13H15
-------	-----------	-----------	-------------	-------------

 Appel des enfants dans les classes	 Activités intérieures ou extérieures selon le temps	 Toilette/lavage des mains
 Déjeuner au restaurant	 Toilette/lavage des mains et activités extérieures	

Pour les élèves de l'élémentaire






#### 1<sup>er</sup> service

11H30	11H35/11H40-12H30	12H30/12H40	12H40/13H25	13H25
-------	-------------------	-------------	-------------	-------

 Appel des enfants à la sortie des classes	 Toilette/lavage des mains et déjeuner au restaurant	 Sortie des enfants/Toilette et lavage des mains
 Activités	 Retour dans les classes	

#### 2<sup>ème</sup> service

11H30	11H35/12H20	12H20/12H30	12H30/13H15	13H15/13H25
-------	-------------	-------------	-------------	-------------

 Appel des enfants à la sortie des classes	 Activités intérieures ou extérieures selon le temps	 Toilette/lavage des mains
 Déjeuner au restaurant	 Toilette/lavage des mains et retour dans les classes	






## V. Chartes des pauses méridiennes

### École Pierre-Villette

Pour les élèves de la maternelle






#### Petite et moyenne section

11H25	11H30-12H15	12H15/12H20	12H20/13H10	13H15
-------	-------------	-------------	-------------	-------

 Regroupement des enfants/ Toilette et lavage des mains	 Déjeuner au restaurant	 Toilette/lavage des mains
 Activités intérieures ou extérieures selon le temps	 Dortoir	

#### Moyenne et grande section






11H25	11H30/12H10	12H10/13H	13H/13H15	13H20/13H25
-------	-------------	-----------	-----------	-------------

 Appel des enfants dans les classes	 Activités intérieures ou extérieures selon le temps	 Toilette/lavage des mains et déjeuner au restaurant
 Toilette/lavage des mains	 Retour à l'école	

Pour les élèves de l'élémentaire






#### 1<sup>er</sup> service

11H25	11H30/11H35-12H10	12H10/12H15	12H25/13H10	13H10-13H25
-------	-------------------	-------------	-------------	-------------

 Appel des enfants dans les classes	 Toilette/lavage des mains et déjeuner au restaurant	 Sortie des enfants/Toilette et lavage des mains
 Activités	 Récréation puis retour dans les classes	

#### 2<sup>ème</sup> service

11H30	11H35/12H10	12H10-12H15	12H25/13H10	13H10/13H25
-------	-------------	-------------	-------------	-------------






 Appel des enfants à la sortie des classes	 Activités	 Toilette/lavage des mains
 Déjeuner au restaurant	 Toilette/lavage des mains, récréation et retour dans les classes	

### École Edouard-Thomas

Pour les élèves de la maternelle






#### Toute petite et petite section

11H25	11H30-12H10	12H10/12H20	12H20/12H35	12H35/13H15
-------	-------------	-------------	-------------	-------------

 Appel des enfants dans les classes	 Toilette/lavage des mains et déjeuner au restaurant	 Sortie échelonnée des enfants
 Toilette/lavage des mains	 Activités calmes organisées et dortoir	

#### Moyenne et grande section






11H25	11H30-12H10	12H10/12H20	12H20/12H35	12H35/13H20
-------	-------------	-------------	-------------	-------------

 Appel des enfants dans les classes	 Toilette/lavage des mains et déjeuner au restaurant	 Sortie échelonnée des enfants
 Toilette/lavage des mains	 Activités intérieures ou extérieures selon le temps puis retour à l'école	

Pour les élèves de l'élémentaire






#### 1<sup>er</sup> service

11H25	11H30-12H30	12H30/12H35	12H35/13H15	13H20
-------	-------------	-------------	-------------	-------

 Appel des enfants dans la salle d'accueil	 Toilette/lavage des mains et déjeuner au restaurant	 Sortie des enfants/Toilette et lavage des mains
 Activités	 Retour dans les classes	

#### 2<sup>ème</sup> service

11H25	11H30/12H40	12H45-13H15	13H15/13H20	13H20
-------	-------------	-------------	-------------	-------

 Appel des enfants dans la salle d'accueil	 Activités	 Toilette/lavage des mains et déjeuner au restaurant
 Toilette/lavages des mains	 Retour dans les classes	

### b) **En cas d'accident**

En fonction de la situation, c'est l'adulte responsable de l'enfant (animateur ou A.T.S.E.M) qui le prend en charge et pare au plus urgent. Un protocole mis en place doit être respecté.

### c) **Règles de vie**

Un système de règles de vie a été mis en place sur les trois restaurants scolaires par les équipes d'encadrement et avec la participation des enfants. Elles sont affichées dans chaque restaurant.

### d) **Projet d'Accueil Individualisé**

Il s'agit d'un protocole qui, lorsqu'il est mis en place permet à l'enfant atteint de troubles de la santé, d'être accueilli à l'école et lors des activités périscolaires.

Concernant les allergies alimentaires, un système de glacière et de règles d'hygiène à suivre a été mis en place et est partagé avec les parents lors d'un rendez-vous, en présence de la responsable du service scolaire et de la responsable du service enfance.

Les enfants sont pris en charge en restauration scolaire avec le repas confectionné par leurs parents. Ils doivent faire l'objet d'une attention particulière et chacun des personnels présents sur le temps du midi, (agents de restauration, d'animation, A.T.S.E.M compris) doit avoir pris connaissance de chaque P.A.I correspondant à sa section, (maternelle ou élémentaire). Chacun devra s'engager par écrit sur ce point lors de chaque début d'année scolaire.

## V) **Communication**

### a) **Projet pédagogique**

C'est un outil référent, développant les objectifs et l'organisation à mettre en place durant la pause méridienne (annexe 1).

### b) **Calendrier des activités**

Il sera affiché à la porte de chaque école et donné aux directeurs qui, sur demande des parents, le transmettra.

### c) **Portes ouvertes**

Elles seront organisées dans chaque restaurant en début d'année scolaire, permettant ainsi aux parents de rencontrer les agents, acteurs de la pause méridienne, et de visiter les locaux afin d'en connaître le fonctionnement.



### **VII) Groupe de travail**

- Les responsables des services enfance et scolaire
- La coordinatrice pédagogique
- La coordinatrice des restaurants scolaires
- Un représentant du temps d'animation maternelle pour les 3 restaurants
- Un représentant des A.T.S.E.M pour les 3 écoles maternelles
- Un représentant du temps de l'animation élémentaire pour les 3 restaurants
- Un représentant des agents de restauration pour les 3 restaurants

### **VIII) Groupe de diffusion**

- Le Maire
- Les élus en charge des services enfance et scolaire
- La Directrice Générale des Services
- Les responsables des services enfance et scolaire
- La coordinatrice pédagogique
- La coordinatrice des restaurants scolaires
- Deux directeurs d'écoles (1 pour l'élémentaire, 1 pour la maternelle)
- Un représentant de parents d'élèves par association (soit 3)
- L'inspectrice de l'I.E.N.



## **VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille**

- Entretien avec un animateur, école Anatole France, le 13 Janvier 2014
- Entretien avec un animateur, école Lalo-Clément, le 15 Janvier 2014
- Entretien avec un animateur, école Lalo-Clément, le 15 Janvier 2014
- Entretien avec un animateur, école Viala, le 16 Janvier 2014
- Entretien avec un animateur, école Viala, le 16 Janvier 2014
- Compte-rendu observation demi-journée de formation pour les animateurs
- Extrait d'une observation à l'école Michelet, quartier Centre, le 7 novembre 2013

## VI.1. Entretien avec un animateur, école Anatole France, le 13 Janvier 2014

**Entretien mené à l'école Anatole France, bureau des animateurs**

**Durée 1 h**

**Enregistrement à l'aide d'un dictaphone**

**Q : Vous êtes animateur depuis longtemps ?**

A : Moi ça fait 28 ans que je suis animateur. Avant je n'étais pas du tout dans ce domaine. En fait j'étais gendarme. Et puis j'ai décidé de revenir à mes premiers amours, l'animation.

**Q : Vous avez donc dû constater une certaine évolution dans votre travail ?**

A : Ah oui complètement. Avant c'était beaucoup plus du travail de garderie, on disait d'ailleurs les gardiennes... parce que c'était essentiellement des femmes. Les gardiennes de garderie. Donc on est passé de la garderie entre guillemets, de la surveillance à l'éducation. Avant on surveillait les enfants, tandis que maintenant il y a quelque chose de construit avec des projets. On va mettre en place des ateliers avec une finalité éducative, un projet à long terme. On n'est pas vraiment des enseignants, mais on n'est plus des surveillants.

**Q : Comment ça se passe avec les enfants et les parents ?**

A : Il faut savoir qu'ici c'est un quartier plus plus... Des juges, des avocats, des ambassadeurs... Ou alors des médecins, des ingénieurs... Du coup les enfants on sait qu'ils sont favorisés par rapport à d'autres. Ils ont de beaux vêtements, ils sont bien nourris, c'est plutôt de bons élèves. Ils sont plus attentifs que dans d'autres écoles, je pense... Les parents ici ils sont plus exigeants qu'ailleurs. Ils veulent qu'on fasse plus d'activités culturelles comme les musées par exemple. Ils voudraient bien qu'on fasse des sorties à la ferme ou qu'on fasse venir des cuisiniers pour faire des ateliers. Et sur les repas ils font souvent remonter que c'est pas assez ou pas bon. Ils sont exigeants par rapport à nous aussi... Par exemple la dernière fois, un parent voulait voir le diplôme d'un animateur qui faisait un

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

atelier guitare avec les enfants. Il n'en avait pas, il joue de la guitare pour le plaisir. Bon c'est ce genre de choses qui arrive parfois...

(...)

### **Q : Il y a beaucoup d'enfants qui mangent à la cantine ?**

A : Alors ici il y a 220 enfants inscrits en primaire... et environ 90 qui ne mangent pas à la cantine le midi... C'est beaucoup plus que dans certaines écoles...

### **Q : Comment se déroule la pause ?**

A : Ils sont en groupe de passage, parce qu'on ne peut pas faire passer tout le monde en même temps bien sûr. Donc les enfants ont des animations avant et après le repas par petits groupes. Ils peuvent aussi décider avant la cantine de jouer dans la cour. Ils ont ce qu'on appelle un temps libre. Ensuite ils se rendent à la cantine qui est dans le bâtiment, par groupe. C'est en flux tendu ici, dès qu'un groupe s'installe, un autre arrive... Nous avons un self... Donc ils passent au self et ils mangent. Ils ont à peu près 20-25 minutes pour manger... C'est plus que dans certaines écoles... À la fin, ils doivent débarrasser leurs couverts et leur plateau. Et puis ils vont en animation.

### **Q : Que font les animateurs pendant ce temps ?**

A : Nous on accompagne les enfants tout au long du repas, on mange avec eux, on les aide à porter leur plateau, prendre leurs couverts... C'est pas facile pour eux au début. Dès le mois de mai en maternelle ils apprennent à passer au self, mais ça reste compliqué souvent jusqu'en CE1 CE2.

### **Q : Pourquoi ?**

A : Il y a du monde, ça se bouscule, ils doivent faire tout seuls, apprendre à se servir... Le plateau parfois est trop lourd pour eux, ils n'arrivent pas à marcher avec... Et puis ils ne connaissent pas... pas vraiment les codes. Par exemple au début, ils ne comprennent pas que c'est à eux d'aller chercher les carafes d'eau. Donc au début on le fait, et petit à petit on leur apprend à aller se servir eux-mêmes. Et puis on veille aussi à ce qu'ils prennent toutes les composantes du menu sur leur plateau... Ça, c'est obligatoire... Qu'ils ne prennent pas trop de pain, qu'ils ne courent pas dans tous les sens... À table on les aide à couper leur viande

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

parfois, et puis on les incite à goûter un peu de tout à chaque fois... Ça aussi c'est une règle de base... pour sortir de table...

### **Q : Goûter à tout ?**

A : Oui au moins une fois... Alors surtout on ne les force pas bien sûr, c'est plus un travail de communication... On leur explique pourquoi c'est bon, ce qu'il y a dedans... On trouve des petits jeux et des petites techniques pour leur faire goûter... Et puis les enfants se motivent entre eux en général. Donc parfois on a tout un groupe qui ne veut pas goûter. Si on arrive à en convaincre un, ça fait effet boule de neige et ils goûtent tous... Après on a aussi des enfants c'est plus compliqué...

### **Q : Ils ne mangent pas ?**

A : Oui par exemple... Là en ce moment on a un petit garçon, je ne sais pas... il a un TCA, ça veut dire trouble du comportement alimentaire. Il ne supporte pas que tout soit mélangé dans son assiette... Les aliments ne doivent pas se toucher. Donc on a dû trouver des solutions et s'adapter. Les cuisiniers le savent et ils font attention. Par exemple, on lui donne plusieurs assiettes avec, dans chacune, une composante du plat... La viande d'un côté, les légumes de l'autre... Donc il faut l'aider à porter tout ça parce que parfois il se retrouve avec 5 assiettes (rires)... Dans ces cas là on laisse plus de temps à l'enfant pour manger, on le presse pas. Et on lui dit que c'est pas grave s'il fait moins d'activités. Il y a un animateur qui reste avec lui à table. Parfois même on autorise un de ses copains à prendre lui aussi son temps pour pas qu'il se sente puni... Mais c'est dur parce que pour lui il voit tout le monde entrer, manger vite, sortir... Il y a une sorte de pression à aller plus vite. Donc nous on lui dit "t'inquiètes pas", "prends ton temps"... On a aussi en ce moment deux petites filles qui viennent d'arriver du Japon... là aussi c'est compliqué...

### **Q : Pourquoi ?**

A : Elles ont du mal à s'intégrer, je crois. La cantine pour elles ce n'est pas du tout comme dans leur pays. Déjà la nourriture est très différente, les couverts, l'organisation aussi je crois... En plus, elles ne parlent pas bien français donc ça rajoute de la difficulté. On est d'autant plus attentifs dans ces cas-là. Et puis bien sûr on a les régimes dits « spéciaux », c'est à dire sans porc...

### **Q : Ça concerne beaucoup d'enfants ?**

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

A : Non pas tellement... Une petite dizaine je dirais... Alors c'était compliqué aussi. En fait, on a constaté que les enfants qui ne mangent pas de porc ont tendance à se regrouper dans la file d'attente entre eux... C'est devenu une sorte de réflexe et c'est aussi pour qu'on puisse facilement les repérer et faire attention à ce qu'on leur sert... Mais du coup, il y avait un peu un côté... Exclusion je dirais... Peut-être pas à ce point, mais ils mangeaient toujours ensemble... D'ailleurs c'est pareil avec les petites sœurs japonaises, elles mangeaient entre elles dans un coin. Du coup on a proposé de faire des équipes. On met des enfants, qui le veulent bien, bien sûr, ensemble pour manger. Ça permet de faire en sorte que les enfants ne soient pas séparés en fonction de leur alimentation ou de leur nationalité... Et je crois que tout le monde est content...

### **Q : Vous faites des ateliers sur le thème de l'alimentation ?**

A : Oui beaucoup. Déjà on a un potager ici, c'est un sacré luxe (*rire*). Toute l'année on fait des ateliers jardinages avec les enfants et c'est l'occasion d'apprendre les légumes, les noms, la façon dont ils poussent. C'est très convivial et les enseignants participent aussi. Ils se servent de ce potager pour faire des cours en sciences de la vie et de la terre.

### **Q : Les enfants mangent ce qu'ils font pousser ?**

A : Oui alors... le problème c'est qu'il y a beaucoup de légumes qui sont mûrs quand ce sont les grandes vacances d'été...

### **Q : Qui les mange alors ?**

A : Le directeur... il récupère les légumes pour ne pas les jeter... Après on a aussi des événements comme la "semaine du goût". C'est tous les ans et les enfants font beaucoup d'ateliers autour des saveurs, les aliments, des bienfaits nutritionnels. Par exemple on organise des dégustations à l'aveugle. Les enfants ont les yeux bandés et doivent deviner les aliments qu'on leur fait goûter. C'est l'occasion de découvrir ce qu'est le goût, les enseignants participent et expliquent par exemple comment le palais fonctionne. C'est vraiment intéressant aussi parce que ça permet de travailler tous les sens. Par exemple, j'ai remarqué que les enfants ne reconnaissent pas la pomme quand ils ont les yeux bandés... Ça, c'est au niveau de la ville... Et ici à Anatole France on fait aussi des événements autour de soupes : la soupe Halloween par exemple, c'est vraiment bien, on fait une soupe orange et les parents sont invités. Et on fait aussi la "soupe aux cailloux".

**Q : La soupe aux cailloux ?**

A : Oui c'est bizarre hein (rires). Non en fait ça vient d'une histoire pour enfants... C'est l'histoire d'animaux qui ramènent chacun un aliment pour faire une grande soupe... Donc nous on propose aux enfants de faire pareil, chacun ramène un petit quelque chose à mettre dans la soupe, on la cuisine tous ensemble. Les parents sont invités aussi... C'est un moyen convivial pour les rencontrer aussi. Et surtout ça permet de faire un peu d'éducation alimentaire, de découvrir des légumes, de donner envie d'y goûter, de donner envie de cuisiner... Et on éduque les parents autant que les enfants en fait (rires). C'est bien aussi parce que les enfants peuvent ramener la recette chez eux et la refaire. Régulièrement on a un enfant tout sourire qui nous dit qu'il a refait la soupe aux cailloux chez lui...

**Q : Vous avez une formation sur l'alimentation ?**

A : Oui on a une demi-journée de formation obligatoire avec la mairie. On voit justement comment les repas sont composés, les repères de nutrition, ce qu'est l'équilibre alimentaire... Et on a aussi un atelier qui permet de savoir un peu ce qu'on peut dire ou faire quand les enfants n'ont pas envie de goûter ou ne mangent pas... Même s'il y a beaucoup de turn-overs ici, tout le monde suit cette formation.

**Q : Pourquoi du turn-over ?**

A : Parce qu'on a beaucoup d'animateurs qui ne font ce travail que pour quelques mois. Ce sont en général des étudiants qui bossent en même temps... En primaire on est 14, mais la plupart sont des vacataires, c'est-à-dire qu'ils n'ont pas un contrat à temps plein et ils ne resteront sûrement pas plusieurs années. Ça arrive même que certains ne viennent que quelques mois... Mais oui tous sont obligés de suivre une formation et on a un support de formation... Je peux vous le donner si vous voulez.

**Q : Est-ce qu'il y a des choses à propos de l'alimentation ?**

A : Ah oui c'est la plus grosse partie de la formation en fait... C'est très codifié en fait. Moi je sais un peu parce que ça fait longtemps que je travaille dans le domaine, mais ça peut vite sembler compliqué pour quelqu'un qui commence. Il y a tout un tas de règles sur l'hygiène et la sécurité. On ne peut vraiment pas faire ce qu'on veut. Les produits doivent être validés, les ateliers qu'on organise aussi, il y a un contrôle sévère... Et il y a aussi les questions d'équilibre et de nutrition... On ne peut pas organiser n'importe quel atelier autour de

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

l'alimentation. Nous la soupe c'est bon, ça a été validé. Mais les enfants, ils auraient bien aimé faire un atelier hamburgers ou pizzas, tout de suite c'est plus compliqué...

### **Q : Pourquoi compliqué ?**

A : Les hamburgers c'est un peu mal vu parce que c'est gras, il y a de la viande donc tout de suite plus de risques... Il faut que la nutritionniste soit là ou au moins qu'elle ait établi... un genre de protocole en fait... Non c'est très strict en matière d'alimentation. C'est pour ça, les parents et les enfants voudraient qu'on organise plus de choses, mais on a des contraintes... C'est aussi bien sûr une question de budget... On ne peut pas toutes les semaines faire venir des cuisiniers 5 étoiles pour qu'ils préparent avec les enfants des plats chics. Mais on essaye de mettre en place autant que possible des animations sur ce thème quand même...



## VI.2. Entretien avec un animateur, école Lalo-Clément, le 15 Janvier 2014

**Entretien mené à l'école Lalo-Clément, bureau des animateurs**

**Durée 1 h**

**Enregistrement à l'aide d'un dictaphone**

**Q : Comment fonctionne la cantine dans cette école ?**

A : Alors on est en liaison froide, depuis... 3 ans je dirais. Et on est en self service.

**Q : Il y a beaucoup d'enfants qui y mangent ?**

A : Ah oui... Alors ici on a 12 classes et 2 classes CLISS. Pour la cantine on fait des roulements. Il y a à peu près des roulements toutes les 15minutes. Ce qui permet un flux constant : un flux entrant et un flux sortant. Parce que le restaurant ne peut accueillir que 120 enfants... Donc les enfants ils ont 20 minutes pour manger en général, un peu moins... Enfin ça dépend si c'est un menu avec une entrée chaude et un plat consistant c'est un peu plus long... Mais on peut pas dépasser les 20 minutes. Il faut savoir qu'ici on fait manger 255 enfants et l'école accueille 296 enfants... Donc ça fait à peu près 85 % des enfants qui mangent à la cantine c'est énorme.

**Q : Vous êtes combien d'animateurs ?**

A : On est trois animateurs principaux, on appelle ça des AP pour la charge de 18 animateurs en tout... La principale mission d'un animateur sur la pause méridienne c'est être dans l'éducatif... Alors par exemple l'éducation alimentaire... Et puis la sécurité aussi, que ça soit sur le plan moral, physique... Ensuite c'est l'accompagner sur le plan alimentaire. C'est-à-dire veiller, quand il arrive sur la chaîne du self, qu'il puisse déjà par exemple avoir accès à un plateau. Ce qui n'est pas négligeable parce que les plateaux ne sont pas ergonomiques, ils ne sont pas adaptés à la taille de l'enfant... Il y a des plateaux qui sont trop grands ou trop lourds. Donc nous on les accompagne à ce moment-là... Des dessertes pour les couverts qui sont trop haut... Donc l'animateur il est dans cette gestion... On doit bien veiller aussi à ce

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

qu'il goûte à tout donc déjà qu'il mette tout sur son plateau... Entre les j'aime pas, j'ai déjà goûté à la maison, j'ai déjà vu, je connais et j'aime pas... Donc nous on doit les accompagner aussi... Et puis, il faut savoir que nous on les accompagne tout le temps. L'animateur reste la principale référence pour l'enfant. Donc par exemple nous aussi on doit goûter à tout quand on mange avec eux à table.

**Q : Donc les animateurs mangent avec les enfants ici ?**

A : Oui voilà. On est à des tables de 14 enfants. Nous on se met sur une table, on est placé de façon stratégique de façon à voir tout le monde et à avoir une vue panoramique du restaurant... C'est-à-dire que si on déjeune avec eux il faut faire attention de pas se mettre dans un coin pour pouvoir garder un œil sur tout le monde. C'est des endroits stratégiques comme en bout de table par exemple au milieu de la salle...

**Q : Vous parliez d'éducation alimentaire ?**

A : Oui en fait on en fait tout le temps. Ça passe par exemple par le fait d'inciter l'enfant à manger de tout. Pas à l'obliger... Et puis on fait des activités aussi. Par exemple on en fait avec la diététicienne de la ville sur comment sont composés les repas les menus tout ça...

**Q : Vous en faites en ce moment ?**

A : Alors là on a mis en place un conseil des petits gourmets.

**Q : En quoi ça consiste ?**

A : C'est une élection, les enfants élisent des délégués. C'est des délégués à la restauration. Donc on a mis en place une élection sous forme de scrutins, comme des vraies élections. Des enfants se sont portés candidats, ils ont défendu un programme qui a été affiché pendant deux semaines avec des fois des choses faisables et des choses pas faisables. Ça fait partie aussi des élections ! C'est comme nous nos politiciens ! (rires). Il y avait des choses c'était pour avoir des voix ! Après faut les défendre sur le terrain ce qui est plus difficile... Parce qu'il y a une contrainte budgétaire derrière et puis une contrainte de santé. À les écouter, on mangerait tous les jours des steaks et des frites ! Et des glaces... Ça colle pas toujours à la réalité de leurs envies. Nous on s'est rendu compte que l'enfant il sait pas pourquoi on met en place ces repas, pourquoi des fois ça a du goût et pourquoi des fois non... Donc nous on leur explique.

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

C'est plus facile de faire relayer l'information par un enfant élu que par un adulte. Parce qu'on n'a pas le langage... et que les enfants ils s'écoutent entre eux.

### **Q : Comment ça se passe alors une fois qu'ils sont élus ?**

A : Ceux qui ont été élus, ils mangent une fois par mois à table avec les AP (animateurs principaux), où on leur explique leurs missions et ce qu'on attend d'eux.

### **Q : C'est quoi leurs missions ?**

A : C'est déjà de voir... de prendre rendez-vous pour qu'on leur explique le système de la liaison froide, la confection des repas qui sont faits trois jours avant... De leur expliquer que le cuisinier il se lève pas le matin en se disant "tiens aujourd'hui je vais faire purée-steak"... qu'à l'échelle de la ville on fait manger 9000 enfants et qu'on peut pas se permettre de faire cuire 9000 repas du jour au lendemain. Qu'il y a des repas qui sont mis en place avec une diététicienne... Donc que c'est une personne qui est habilitée à faire les repas, qui doit suivre l'équilibre alimentaire avec des féculents, avec des produits laitiers... Donc qu'il faut qu'il y ait cette notion d'équilibre alimentaire. Et qu'il y a aussi ce principe de budget et qu'on peut pas avoir tout le temps des produits issus du Bio. Donc c'est aussi leur faire comprendre tout ça, comme ça l'enfant il prend des notes et il peut relayer. On leur montre le planning des repas, qui est souvent affiché pour les deux mois, et puis ils nous expliquent pourquoi ils aiment bien, pourquoi ils aiment pas... Et puis une fois, je crois, on a proposé que les enfants soient force de proposition. Donc ils ont proposé un repas... C'était pour le repas de Noël, je crois... Donc ils l'ont fait avec la nutritionniste, avec des produits référencés à la ville et qui sont disponibles sur le marché public... Parce qu'il faut savoir qu'on a aussi cette contrainte... Et puis ça a été pas mal... C'était une bonne expérience...

### **Q : La nutritionniste vient à ces conseils alors ?**

A : Ah oui très souvent... Là elle n'est pas encore venue depuis les vacances il faut qu'on voit... Mais quand elle vient, c'est très bien pour les enfants... Parce qu'on parle pas que de l'alimentaire, on parle aussi des activités qui sont mises en place... Le conseil des petits gourmets ça sert à ça aussi, à voir si les enfants ils voudraient du matériel, des jeux tout ça... Si ils ont des idées. Mais bon on a des contraintes aussi... Bon, mais il faut essayer de les faire... Il ne faut pas faire une réunion pour faire une réunion il faut qu'ils aient l'impression qu'ils sont utiles, qu'ils soient acteurs du projet... Moi je pense que l'enfant, il faut pas seulement lui imposer... Bon déjà l'enfant, le matin, quand il se réveille, ses parents lui

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

imposent un horaire. A 8 h 30 l'enfant il arrive, c'est que des "tu dois", "tu fais", donc on oblige l'enfant... Et puis nous on prend le relais, "tu fais ceci cela". Quand est-ce que l'enfant il a le choix ? Bon on essaye de faire que la pause méridienne ça soit un temps où l'enfant il se libère... Qu'il sente pas une pression du genre "vas-y travaille", "va plus vite"... Donc nous on propose des activités et le conseil pour ça... Après nous on a des contraintes, faut faire manger au mieux 250 enfants... Donc c'est déjà sensibiliser les enfants, c'est vrai qu'ils n'ont pas trop le choix, mais au moins il faut leur expliquer.

### **Q : Vous leur expliquez ces contraintes ?**

A : Oui on les sensibilise, voilà c'est ça le tout c'est de leur expliquer... Les 20 minutes ils ont pas le choix, le repas, ils ont pas le choix bon parce qu'il y a des règles... Par contre il faut qu'ils sentent qu'ils peuvent faire des propositions... Que ça va pas forcément être validé, mais au moins qu'ils participent... Et si ça ne marche pas aujourd'hui qu'ils se disent que ça marchera demain... Mais c'est vrai que les contraintes, et puis les contraintes budgétaires aussi, je vais pas vous mentir ça ouvre pas forcément à la négociation...

(...)

### **Q : Vous avez d'autres projets sur l'alimentation ?**

A : Non pas cette année. Après je me souviens l'année dernière on avait fait un atelier "kebab équilibré". La nutritionniste était venue et elle avait montré comment on peut cuisiner un kebab avec des bons légumes... C'était bien... C'est vrai que les kebabs on sait jamais ce qu'il y a dedans, ça fait grossir, c'est pas équilibré. Bon là les enfants ils ont découvert autre chose.

### **Q : C'est à dire qu'ils ont cuisiné eux-mêmes ?**

A : Oui oui ils ont cuisiné un kebab, avec du thon, des légumes. C'était l'occasion d'apprendre plein de choses... Mais on a beaucoup d'activités aussi sur le sport, l'activité physique, des tournois... C'est important aussi. C'est des projets pédagogiques qu'on met en place tout au long de l'année et on change régulièrement.

### **Q : Là en ce moment quelles sont les activités proposées ?**

A : Là par exemple on fait de la Zumba... Après les enfants ont le droit d'aller jouer dans la cour, ils peuvent décidé parfois de ne pas aller en activité. Bon il faut un animateur bien sûr

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

parce que les enfants ils peuvent pas être seuls dans la cour... Il faut un animateur pour les surveiller... Parce que quand ils sont là à jouer dans la cour, forcément il y a des problèmes...

### **Q : Quel genre de problèmes ?**

A : Ils se bagarrent, ils se chamaillent... Et puis ils sont capables d'embêter les autres... les garçons tirent au ballon sur des filles rien que pour les embêter. Donc il faut les surveiller. Au moins en animation ils sont concentrés sur quelque chose. Et puis c'est l'occasion d'apprendre des choses, par exemple on fait des ateliers manuels, informatiques, DJ avec des logiciels...

### **Q : Comment ça se passe pour les activités ? Tous les jours ils s'inscrivent si ils ont envie ?**

A : Alors non quand ils sont inscrits ils suivent l'animation. En fait tous mois on propose des choses et les enfants peuvent choisir de s'inscrire dans tel ou tel atelier. Après, une fois qu'ils sont inscrits ils sont mis en groupe et ils passent à la cantine en fonction du groupe dans lequel ils sont et avec l'animateur de l'atelier qu'ils ont choisi... Donc ils sont tributaires de l'animateur et ils suivent tout le long l'atelier... Parce que s'ils viennent à une séance et qu'ils n'aiment pas ça va, mais s'ils viennent à trois séances et puis finalement ils s'en vont et ils foutent le truc en l'air ça ne va pas... Par exemple les tournois ou les chorégraphies... IL faut aussi expliquer à l'enfant pourquoi on n'est pas d'accord. Il y a cette notion de choix, mais aussi de responsabilité... L'enfant il doit se responsabiliser par rapport à ça... Par contre parfois il y a des enfants qui mangent de temps en temps à la cantine donc là on peut les inclure dans un groupe... Mais en général il y a une régularité d'enfants... Donc c'est toutes ces valeurs qu'on essaye de transmettre par notre mission éducative... Nous on est des relais de l'éducation, qu'elle soit alimentaire ou... plus sur des valeurs....

(...)

### **Q : Vous avez des formations pour cela ?**

A : Oui tous les animateurs sont formés. On nous explique ce qu'on attend de nous, il y a une partie ressources humaines, une partie sur l'animation, une partie sur l'alimentation... Comment ça se déroule la composition des menus... Parce que nous il faut bien qu'on sache l'expliquer aux enfants... Donc voilà, on a une formation en trois volets...

**Q : C'est la mairie qui organise ces formations ?**

A : Oui oui c'est ça... Nous on est vraiment reliés à la municipalité c'est pas du tout l'Éducation nationale. Après bien sûr on a des échanges d'information... Par exemple sur les enfants qui ne mangent pas à la cantine. On leur dit du coup aux enseignants et aux directrices... qu'ils n'ont rien dans le ventre ou qu'ils ne sont pas très bien par exemple...

**Q : Comment ça se passe avec l'équipe enseignante ?**

A : On va dire qu'on est complémentaires, que eux c'est plus l'éducation, apprendre à lire, à écrire tout ça... Nous c'est une autre forme d'éducation, plus ludique en fait... Nous on est plus flexibles, on est un peu plus baba cool, on est un peu plus proches de l'enfant... On n'est pas des potes bien sûr, mais on a un lien avec eux... Mais nous on essaye surtout d'être en continuité avec les enseignants, c'est un échange... Ici ça se passe bien on s'entend bien tous ensemble...

### VI.3. Entretien avec un animateur, école Lalo-Clément, le 15 Janvier 2014

**Entretien mené à l'école Lalo-Clément, salle informatique, après une animation**

**Durée 15mn**

**Enregistrement à l'aide d'un dictaphone**

**Q : Tu as organisé des ateliers sur l'alimentation ?**

A : Oui tout à fait... Là cette année on en a pas encore fait, mais oui j'essaye d'en faire un peu chaque année. Enfin là on a le conseil des petits gourmets comme on t'a dit...

**Q : Comment les prépares-tu ?**

A : Ben, c'est sur un thème, par exemple la cuisine dans le monde, ou les légumes ou encore une recette. J'essaye toujours que ça soit ludique et sympa, avec des photos, des vidéos ou des images. Par exemple on avait un jeu où il fallait retrouver les plats typiques d'un pays.

**Q : C'était un jeu que tu avais fabriqué ?**

A : Oui en fait j'avais pris des images de plats et je les avais imprimées... Les enfants se mettaient en groupe et devaient faire deviner les plats à un autre groupe. On avait utilisé un plateau de jeu qui existe déjà et à chaque fois qu'ils arrivaient à faire deviner le plat, le groupe avançait d'une case...

**Q : Tu connais des kits ou des mallettes qui sont faits spécialement sur l'alimentation ?**

A : Oui oui ben on reçoit des mails pour nous en proposer... Il en y a qui viennent du Ministère par exemple.

**Q : Et vous les utilisez ici ?**

A : Non pas vraiment...

**Q : Pourquoi ?**

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

A : Je sais pas... Je crois que c'est parce que nous on fait des trucs parfois un peu spontanés avec les enfants. Et puis on adapte aussi par rapport à eux... Un truc tout préparé je me dis que... C'est peut-être bien, mais ça veut dire que tu suis le truc, comme un exercice. (...) Je préfère limite faire moi-même parce que je connais les enfants et je sais ce qu'on peut aborder avec eux.

### **Q : Et sur la nutrition tu organises aussi des ateliers ?**

A : Oui ça m'est déjà arrivé, par exemple pour composer un menu. Pareil, je prenais des photographies de plats et je proposais aux enfants de se mettre en groupe. Après ici, la nutritionniste vient souvent et on organise des choses avec elle. L'année dernière on avait fait un atelier cuisine...

### **Q : L'atelier Kebab c'est ça ?**

A : Oui voilà exactement. Donc là c'était vraiment bien parce que les enfants ils cuisinaient en même temps... Malheureusement on ne peut pas toujours le faire, ça demande du temps et il y a beaucoup de contraintes...

### **Q : Quel genre de contraintes ?**

A : Ben le temps déjà, parce que mine de rien ça demande beaucoup beaucoup de temps. C'est des enfants, en groupe, donc rien que d'éplucher une pomme ça prend souvent du temps. Il faut du matériel, il faut des collègues qui viennent aider, donc qui soient disponibles. Et puis on peut vraiment pas faire ce qu'on veut avec la nourriture. Il y a des règles sanitaires très très strictes. Il faut demander des autorisations, des produits réglementés. Ton projet doit être validé par la nutritionniste, validé par la mairie... Bref, des fois c'est juste trop compliqué. Mais j'essaye toujours de faire un peu des choses intéressantes avec les enfants, pour qu'ils expérimentent aussi. On ne fait pas comme en classe, on essaye que ça soit ludique...



## VI.4. Entretien avec un animateur, école Viala, le 16 Janvier 2014

**Entretien mené à l'école Viala, bureau des animateurs**

**Durée 1 h 30**

**Enregistrement à l'aide d'un dictaphone**

A : Peut-être que déjà je peux t'expliquer comment ça fonctionne la cantine ici... Comme ça tu seras et tu verras après ? Donc ici on est en liaison froide et c'est un self. Liaison froide ça veut dire que c'est préparé dans une cuisine centrale...

**Q : Oui je suis allée la visiter**

A : Ben voilà super...

**Q : Depuis quand êtes-vous en liaison froide ?**

A : On va dire 2010 je pense... Je ne sais plus exactement.

**Q : Vous mangez avec les enfants ?**

A : Moi oui ou l'animateur principal, mais pas les animateurs en général... En fait ça a été un choix qu'on a fait pour qu'on puisse être plus disponibles et qu'on puisse mieux les surveiller... Donc ici les enfants sortent à 12 h des classes. Nous on arrive à 11 h 20, on mange entre nous et après on s'occupe des enfants... Voilà...

**Q : Vous faites manger tous les enfants en même temps ?**

A : Non il y a deux services en fait. Il y a d'abord 60 enfants environ qui passent au premier service et après une quarantaine. Du coup à la cantine c'est un self, les enfants se servent eux-mêmes, ils mangent, ils débarrassent leur plateau et trient leurs déchets. Ici on cherche à ce qu'ils soient le plus autonomes possible donc on les laisse faire eux-mêmes.

**Q : Ils ont le choix au self entre plusieurs plats ?**

A : Alors non c'est juste une entrée, un plat et un dessert et ils doivent prendre tout sur leur plateau. Alors ils ont le choix de... j'allais dire de ne pas manger (*rires*). Mais on doit

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

toujours essayer de leur faire goûter à tout. Bon moi ma philosophie c'est que l'enfant il ne va pas se laisser mourir de faim. Par exemple ici on a une petite fille qui vient du Portugal... Elle vient d'arriver en France. Bon elle a des troubles, je dirais autistiques et elle mange quasiment rien...

### **Q : Comment ça se passe dans ces cas-là ?**

A : Ben déjà on interpelle les parents pour leur expliquer. On dit "voilà vous payez pour rien, votre enfant il vient, mais il mange rien !". Avec cette petite fille ce qu'il s'est passé, on a essayé plusieurs fois de la faire manger, mais elle se braque facilement. On en vient très vite à des colères et des refus de parler. Elle se mure dans le silence, elle parle plus et se met dans son coin. Donc on a été un peu plus souples, on a essayé un tout petit peu au fur et à mesure. La dernière fois c'était des pâtes, elle a mis un peu de sauce dessus et elle a grignoté un peu. Après on arrive aussi à nos limites de compétences ! On ne peut pas prendre l'enfant, lui ouvrir la bouche et lui mettre la cuillère dedans ! Il faut pas forcer les enfants ! Il y a des enfants... On sait qu'ils sont contre la nouveauté de la nourriture. Je pense qu'il y a des enfants qui mangent plus facilement que d'autres... En plus ils ne peuvent pas toujours prendre le temps...

### **Q : Combien de temps les enfants ont pour manger ?**

A : Ben 20 minutes... Mais on a des enfants qui ont besoin de plus de temps... soit parce qu'ils mangent tout ou qu'ils se resservent ! On en a des comme ça ! Il y a les bons et les mauvais mangeurs clairement ! On a des enfants on peut leur mettre n'importe quoi ils vont le manger... Avec d'autres c'est quand même plus difficile. On va dire qu'il y a trois niveaux : les bons mangeurs qui vont tout dévorer, on a l'enfant on va dire lambda... sauf si c'est des trucs trop bizarre il mange de tout et on a les super difficiles. Là tu peux mettre tout, à part si c'est des pâtes ou des frites, ils vont presque rien manger...

### **Q : Qu'est-ce que vous leur dites dans ces cas-là ?**

A : Alors le classique, c'est de dire "je te mets une petite part, je te coupe cette part-là et tu ne manges que ce petit bout. Quand tu auras fini cette part là tu peux sortir de table". Ou alors on leur dit "goûte au moins un peu, peut-être que tu vas aimer" ou alors "t'as peut-être pas l'habitude de manger ça donc c'est normal, mais tu peux tester".

### **Q : Et ça fonctionne ?**

A : Heu... (rire)... Oui bon ils goûtent... Après on fait un jeu aussi, du genre "t'es pas chiche

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

de manger ça". Après il y a des enfants qui disent "moi j'ai horreur de tel truc !" Bon moi je conçois qu'un enfant, quand on lui donne de la langue de bœuf par exemple ça lui donne pas envie quoi ! Et puis nous quand on mange avec eux ça facilite les choses, on est un peu un modèle. Les enfants quand ils ne connaissent pas un truc ils disent toujours "oh non je connais pas donc c'est dégueulasse !" sans avoir goûté ! Alors moi je le mange et je dis "Mmmm ben non mange c'est super bon". Donc du coup les enfants goûtent plus volontiers comme ça. Après franchement la cantine j'avoue c'est pas super. À table, il y a des fois où je dois me forcer à manger un peu de tout comme les enfants, parce qu'on leur dit qu'il faut goûter à tout... En même temps je me dis qu'on ne doit pas forcer les enfants quand ils aiment pas... du coup pourquoi est-ce que je me forcerais ?

### **Q : Parce que parfois tu n'aimes pas ?**

A : Ben nan ! Franchement quand on a de la viande, par exemple de l'agneau en sauce, c'est de la viande qui coûte pas cher donc avec beaucoup de gras... Ça reste quand même pas terrible. Quand on a de la langue de bœuf pffff... C'est particulier ça à faire manger aux enfants ! En plus de la langue de bœuf qui n'est pas non plus top au niveau qualité... Alors on a beau leur dire "ah, mais si tu manges du riz bio", le riz on s'en fout ! Ce qui est intéressant c'est d'avoir une sauce avec des légumes, des choses comme ça... Moi je suis pas difficile donc je mange... Bon là ce midi j'ai pas mangé l'entrée c'était des navets je déteste ça...

### **Q : Tu leur dis quoi aux enfants quand tu n'aimes pas ?**

A : Moi je le dis, je dis "j'aime pas". Ce qui ne m'empêche pas de dire aux enfants de goûter au moins une fois. Je leur dis que si j'aime pas c'est parce que j'ai déjà goûté avant. Mais bon... ça ne marche pas toujours... Moi tout ce que je peux dire sur les enfants, c'est qu'ils mangent pas beaucoup.

### **Q : Tu le vois à quoi ?**

A : Ben il y a cas regarder tout ce qui est jeté ! Et puis on discute souvent avec la cuisinière aussi ! Elle sait que ça part beaucoup à la poubelle. Et je pense que c'est tous les repas comme ça. Bon quand c'est la langue de bœuf par exemple ça paraît normal. Mais même les frites ! Les steaks ou la purée !

### **Q : Tu sais pourquoi ?**

A : Ben il y a plusieurs raisons je pense. Déjà c'est le goût, parfois c'est vrai que c'est pas super... Bon moi je suis pas difficile... Mais c'est vrai qu'il y a des jours où c'est pas top. Et

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

puis il y a des enfants qui ne sont pas habitués à manger comme ça. Chez eux on leur laisse le temps, ils sont tranquilles. Ici, il y a du monde, du bruit et puis ils savent qu'ils doivent manger vite. Il y en a qui n'y arrive pas... Comme la petite dont je t'ai parlé avant. Bon t'imagines que pour elle c'est encore plus compliqué dans une ambiance comme ça... On est à faire des calculs, des trucs très mathématiques, mais au final... Alors dans le menu ça paraît super puisque c'est mathématique ! Mais dans la réalité, l'enfant ne mange pas tout...

**Q : Donc ça arrive que les enfants ne mangent pas du tout ?**

A : Oui voilà... Après nous on a un règlement de la cantine et on essaye de faire goûter à tout.

**Q : C'est un règlement de l'école ?**

A : Non juste de la cantine, c'est nous qui l'avons fait avec les enfants.

**Q : Qu'est-ce que ça indique ?**

A : On doit tout goûter justement... Ça, c'est un principe de base. On ne se lève pas de table, on doit prendre le temps de manger, c'est-à-dire qu'on n'expédie pas son repas en 5 minutes. Parce que voilà parfois les enfants, ils ont qu'une envie c'est d'aller jouer... Donc les règles c'est... on doit débarrasser son plateau, faire le tri des déchets, on doit manger dans l'ordre entrée, plat, dessert...

**Q : Tout ça est inscrit ?**

A : Oui à l'entrée du réfectoire il y a une charte. Après je vais te dire franchement, il n'y a plus aucun enfant qui la lit. Ils connaissent les règles. C'est acquis. Mais bon après on va la changer la charte.

**Q : Pourquoi ?**

A : Ben, j'ai proposé... Moi mon principe c'est de pas trop en mettre et d'en mettre que trois ! C'est respect de l'adulte, que ce soit de l'enfant envers l'adulte et de l'adulte envers l'enfant. Respect des camarades. Et respect du matériel. Avec ces trois règles-là, on balaye tout. Comme ça on n'a pas de règles spécifiques. Parce qu'on peut vite se retrouver avec des lignes de règles et dès qu'il y a un truc nouveau on doit l'inscrire : "je ne dois pas marcher sur la pointe des pieds avec mon plateau !". Ça peut aller dans le respect du matériel tu vois... Il y a aussi le fait que quand il y a 25 règles, l'enfant est incapable de les mémoriser. Donc à partir du moment où il y a ces trois règles-là "ah est-ce que j'ai le droit de cracher par terre ? Ah ben non ça c'est du respect du matériel", ou par exemple "est-ce que je dois tout goûter ? Oui c'est

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

le respect de l'adulte qui t'a préparé le repas"... Après il faut chercher un peu plus loin, mais on peut tout regrouper... Et puis quand il y a 25 règles, l'enfant est incapable de les mémoriser...

### **Q : Ça arrive qu'il y ait des sanctions ?**

A : Oui oui ça arrive... On a un petit cahier. Bon honnêtement on le remplit pas beaucoup. Si on a un enfant qui pose vraiment problème, on le met un peu à l'écart.

### **Q : Comment vous le mettez à l'écart ?**

A : On le met à une autre table que ses copains par exemple... On a un enfant, bon il est très insolent, même avec les adultes. Comme il est conscient que l'animateur ne peut pas le punir n'importe comment, il en joue énormément... Par exemple, quand il fait une bêtise et qu'il n'y a pas de témoins il va dire "non c'est pas moi" alors qu'on sait que c'est lui. Il joue à provoquer les autres enfants par exemple, il les pousse à réagir et puis après il vient se plaindre à nous... Parce que le principe ici c'est que les enfants aillent voir l'animateur quand il y a un problème... Lui il exploite cette faille et le système d'avertissement pour lui ça ne marche plus... Parce que oui en fait voilà, on avertit d'abord l'enfant... Bon là par exemple c'est dommage on le fait plus... L'année dernière, je passais dans les activités régulièrement et je demandais à chaque animateur de me donner les noms de trois enfants qui s'étaient très bien comportés à qui on mettait un point vert, et les enfants avec qui ça n'avait vraiment pas été on leur mettait un point rouge...

### **Q : Ça c'était pendant les activités ?**

A : Je faisais le tour des activités oui... Je demandais "donne-moi les noms d'enfants qui méritent un point vert aujourd'hui". Donc les points verts c'était bien, les points rouges c'était pas bien. Et au bout d'un certain nombre de points vert, l'enfant avait une récompense.

### **Q : Et l'enfant savait qu'il avait des points verts ou rouges ?**

A : C'était affiché en fait. C'était ça qui était intéressant pour les enfants, c'est qu'il y avait une visibilité par rapport à leur comportement. Les points rouges ou les enfants perturbateurs je savais où ils étaient, on a une liste des inscrits en activités. C'est pratique parce que si j'en cherche un, hop je sais où il est. J'ai qu'à regarder le planning des ateliers, voir là où il est inscrit et aller le chercher.

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

### **Q : C'est déjà arrivé ?**

A : Heu... oui une fois je devais trouver un gamin pour lui parler... Il avait été un peu perturbateur à la cantine, une animatrice me l'a dit donc je l'ai fait venir dans mon bureau. Bon après on reste cool quand même...

### **Q : À propos de ces activités, elles sont obligatoires ?**

A : Alors en période hivernale oui parce qu'on ne va pas dans la cour il fait trop froid... Parce qu'il faut qu'on soit avec les enfants, ils ne doivent pas être sans surveillance. Par contre parfois on fait des activités dehors. Et puis les enfants en général ils veulent faire des activités. Ce qui se passe souvent c'est qu'il y a une fidélisation avec un animateur et chaque enfant a envie de s'inscrire avec lui.

### **Q : Quel genre d'activités est proposé ?**

A : Alors là c'est jeux de ballon, danse et travaux manuels... Mais ça change tous les mois. On se réunit tous une fois par mois et on décide ce qu'on va mettre au planning.

### **Q : Vous faites des ateliers sur le thème de l'alimentation parfois ?**

A : Oui on a fait des projets sur les fruits exotiques par exemple. Ça a permis d'aborder plein de choses, les pays, les cuisines du monde tout ça. Après par exemple la semaine dernière, on a travaillé sur les métiers et les enfants sont allés visiter la maison de la confiserie... Bon c'est pas hyper diététique (*rires*). Une fois on est allé chez un boulanger aussi. Après on a demandé à la diététicienne de faire un atelier crêpes, mais bon... c'est tombé à l'eau...

### **Q : Pourquoi ?**

A : À cause des règles d'hygiène... c'est très très strict ici surtout en ce qui concerne les aliments, il faut demander l'autorisation, il faut faire des projets qui vont avec les principes tout ça... Faire de l'éducation alimentaire c'est compliqué quand même parce qu'il y a plein de barrières. Ce qu'il faut savoir c'est qu'il y a une lourdeur administrative énorme ! Surtout sur les procédures où l'aliment rentre en ligne de compte. Parce que c'est très très protégé. On est tellement dans les règles d'hygiène. On ne peut plus du tout faire comme on a envie. À un moment, on faisait des petits déjeuners anglais le samedi matin. On avait un collègue qui faisait une recette anglaise, donc des pancakes tout ça. C'était vraiment bien, et c'était l'occasion d'apprendre plein de choses sur les aliments, mais aussi la culture tout ça... Mais c'était super super encadré ! Les œufs devaient être en bouteille, on a pas le droit d'avoir des œufs frais... on peut pas faire du jus d'orange pressé... Il fallait demander des autorisations

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

officielles, faire signer des papiers aux parents... Du coup maintenant on a arrêté, c'est dommage, mais franchement ça prenait trop la tête et le temps...

**Q : Ces règles concernent aussi la cantine ?**

A : Ah ben oui, mais là c'est l'extrême...

**Q : Pourquoi ?**

A : On est en liaison froide, ça veut dire que tout est préparé ailleurs. Les produits ils arrivent en produits finis et la cuisinière n'a pas le droit de les accommoder, faut juste les réchauffer. Et franchement parfois on n'arrive même pas à reconnaître les aliments... Honnêtement si on a des poireaux à la crème on n'arrive pas à les reconnaître... Après on est tellement dans une société... Je veux pas faire le relou en parlant de la société, mais là dans la restauration scolaire on le voit, c'est très réglementé...

**Q : Des règles qui concernent l'hygiène alors ?**

A : Oui c'est ça... Mais après c'est des directives de nutrition aussi...

**Q : Quelles directives ?**

A : Ben nous a une formation sur les directives de la nutrition en fait, l'équilibre tout ça...

**Q : Tu en connais ?**

A : Comme il faut manger "5 fruits et légumes par jour" tout ça ?

**Q : Oui par exemple...**

A : Ben tu vois je vais te dire, moi ça me fait rire les trucs de ce genre. Parce qu'aujourd'hui on est beaucoup là dedans, à dire aux enfants il faut manger « 5 légumes » machin... Les enfants on leur rabâche ça à longueur de journée donc ils savent ! Mais ils savent sans être conscients du pourquoi... Pourquoi c'est bien de manger des légumes ! Pourquoi c'est bon les carottes tout ça... Et puis nous on sait que dans plein de familles, ils n'ont pas les moyens ! Nous on le voit dans ce quartier ! C'est comme dire qu'il faut préparer soi-même les repas, il y a plein de parents qui travaillent, ils rentrent, ils n'ont pas le temps de le faire ! Et puis il y a une question financière aussi ! Plus on est pauvre, plus on bouffe mal ! Ils n'ont pas les sous pour acheter un truc bio ou des légumes eux... Donc on peut leur dire ce qu'on veut... Et puis donc ici on a plein d'enfants qui ne mangent pas de viande ici, donc tu peux dire "équilibre équilibre !" ça ne marche pas toujours...

**Q : Beaucoup d'enfants ne mangent pas de viande ?**

A : Ah oui vraiment

**Q : Dans ce quartier ou en général ?**

A : Alors, ce qu'il faut savoir c'est que le quartier de Wazemmes, je le connais bien parce que je travaille ici depuis 2005, c'est un quartier multiculturel il y a une très très forte mixité sociale. Et puis on a des enfants dont les familles viennent de partout ! Du coup on a une classe CLIN.

**Q : Qu'est-ce que c'est CLIN ?**

A : C'est une classe qui accueille les primo-arrivants ici en France. Donc ils y apprennent le français. Ils sont en partie en classe normale et en partie avec une enseignante qui leur apprend le français et qui est spécialisée pour ça. Après ça ils intègrent une classe normale. Donc là par exemple on a une petite fille qui est portugaise et on a deux petites filles algériennes. On a des enfants roms aussi, géorgiens et puis on a aussi des enfants sans papiers. D'ailleurs ici il y a eu une mobilisation pour que des enfants ne soient pas expulsés. Et puis après on a des enfants qui viennent un peu partout d'Afrique de l'Ouest par exemple Guinée, du Congo et une forte proportion du Maghreb. Après on a beaucoup d'enfants qui sont français, nés en France, mais qui sont très attachés au pays d'origine de leurs parents. Ça, c'est vraiment la particularité de cette école. Et du coup, pour aller tout de suite sur l'alimentation, ben il y a une très forte diversité alimentaire du coup. Ici on a une majorité de « régimes spéciaux ».

**Q : Qu'est-ce que ça implique les « régimes spéciaux » ?**

A : Ben globalement ici ça veut dire sans porc et même sans viande. On a beaucoup d'enfants qui ne mangent pas de viande pour des principes religieux... Ce qu'il faut savoir c'est qu'à Lille, c'est qu'il n'y qu'un menu proposé, sauf quand c'est du porc.

**Q : Ça concerne beaucoup d'enfants ici ?**

A : Attend on va regarder... (il regarde un document sur le mur). Il y a 137 élèves ici. Mais tous ne mangent pas à la cantine... Ils doivent être environ 70 % des enfants, au moins à ne pas manger de viande.... Je fais un calcul vite fait... Donc là par exemple on a une classe de 21 et il y a déjà 13... non 14 élèves qui ne mangent pas de viande. C'est à peu près ça dans chaque classe. En fait ils mangent halal à leur maison alors du coup ici c'est toujours la question de savoir si c'est halal ou pas... Ça pose des problèmes du coup... Mais sur des



## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

choses aussi banales qu'un yaourt ! Ça va être marqué gélatine, et si ce n'est pas précisé les enfants ne le mangent pas ! On a eu quelques soucis avec un animateur... Il disait aux enfants "on sait pas ce qu'il y a dedans donc ne le mange pas". Les enfants, ils voient bien par rapport au physique de l'animateur... ils savent très bien que cet animateur il est à fond dans la religion. Donc ils se disent qu'il est spécialiste et du coup qu'il va pouvoir mieux leur répondre. Par exemple, le souci qu'il y a eu il y a pas longtemps, c'est que sur les yaourts c'était écrit "gélatine non porcine". On ne sait pas trop ce que ça veut dire... Donc du coup ils se sont adressés à cet animateur. Et là l'animateur a commencé à dire "ça veut dire qu'il y a pas de porc dedans, mais on est pas sûrs qu'il y ait pas de la gélatine de viande". Et donc du coup on est parti dans un délire où une autre animatrice a dit "mais non il y a pas de porc ils peuvent manger !". Et du coup ça a été une prise de bec problématique devant les enfants. Alors que le discours de la mairie c'est de dire, quand c'est pas précisé, c'est que c'est sans gélatine de porc donc on peut le manger....

### **Q : Donc vous avez des directives de la mairie pour ça ?**

E : Oui oui... Sauf que la mairie elle dit des choses et nous on est face aux enfants qui ne mangent pas de viande. Pour ces enfants il n'y a rien qui est vraiment dit... C'est comme si ça n'existait pas en fait. À la mairie ils se contentent de nous dire qu'on a un menu de substitution, mais moi je trouve que ça suffit pas... Regarde là par exemple (*il montre les menus affichés dans le bureau*). Là il y a bœuf, là agneau, de la viande tous les jours ! C'est compliqué quand même... en plus même pour ceux qui mangent de la viande on pourrait varier un peu !

### **Q: Comme ça se passe depuis que vous êtes en liaison froide ?**

A : Ah ben on a perdu en qualité hein ! Moi pour moi c'est une des principales raisons pour laquelle les enfants balancent tout à la poubelle. Quand on était en cuisine normale, la cuisinière faisait des steaks, elle coupait des échalotes, elle mettait une noix de beurre... Rien que ça ! Là aujourd'hui les steaks hachés ils sont cuits à la vapeur et ensuite refroidis et après réchauffés... Bon les enfants en mangent quand même, mais ils disent eux-mêmes qu'il n'y a pas de goût... Ça n'a pas de goût parce qu'il n'y a pas de gras... Alors c'est plus sain, mais c'est dégueulasse (rires). Et quand la cuisinière faisait des purées de carottes, elle mettait un peu de beurre ça changeait tout, ou un peu de crème fraîche c'était de la préparation culinaire... Et il y avait un plaisir de la cuisinière de le faire. Là aujourd'hui si tu discutes

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

avec elle... moi elle m'a dit qu'elle aimait plus son boulot... Elle m'a dit ça j'aime plus mon boulot... Ça fait 30 ans qu'elle travaille ici...

**Q : Elle n'aime plus son travail depuis la liaison froide ?**

E : Oui depuis qu'on a changé.... Parce qu'aujourd'hui elle fait quoi ? Elle réceptionne des plats, elle les met dans un four à vapeur et elle les sert aux enfants. Alors elle prépare les entrées quand même un peu... Elle ouvre la barquette de vinaigrette toute préparée en portions bien mesurées, et hop... elle la met dans la salade... Donc il n'y a pas de valorisation de la personne. Elle est cuisinière et au final elle ne cuisine pas... Et pour les enfants c'est pas terrible non plus... J'aimerais bien savoir pourquoi ils sont passés en liaison froide ? Est-ce que c'est économique ? J'aurais bien aimé entendre la raison... Est-ce que c'est les règles de nutrition et d'hygiène ? Je sais pas... Bon pour moi il y a plus de points négatifs...

**Q : Et les enfants ils font remonter ce sentiment aussi ?**

A : Ben oui tu vas voir toute la bouffe qui sera jetée ! Moi franchement ça m'énerve un peu de voir tout ça jeté, mais je comprends, voilà la bouffe elle est pas bonne... Pourtant on pourrait faire des trucs super ! Agrémenter les plats, faire des ateliers avec les gamins, voilà il y a plein d'idées possibles ! Et là je sais pas parce qu'il y a l'hygiène, la santé, la nutrition... il y a... on a l'impression d'une espèce de psychose alimentaire... J'entends que c'est important, mais là c'est aseptisé. On a tellement peur des microbes ou de faire manger des trucs pas bons... (*une animatrice entre dans la salle*). Tien ben toi tu manges à la cantine aussi tu en penses quoi ?

Animatrice : Ben... C'est pas bon...

Animateur : (*rires*), voilà je peux pas mieux dire...

## VI.5. Entretien avec un animateur, école Viala, le 16 Janvier 2014

**Entretien mené à l'école Viala, bureau des animateurs**

**Durée 15 mn**

**Enregistrement à l'aide d'un dictaphone**

**Q : Vous avez des temps de rencontre avec les enseignants ?**

A : Non pas avec le corps enseignant. Notre responsable voit le directeur une fois par semaine, mais pas avec les enseignants... On les croise et on discute. Mais c'est vrai que c'est un peu... on a l'impression que c'est vraiment deux choses différentes en fait... Il y a un peu le côté les enseignants d'un côté et les pions de l'autre... C'est pas le même service du tout, nous on est vraiment un service municipal en fait... Mais on a parfois du mal à faire comprendre qu'on est des professionnels de l'animation.

(...)

**Q : Avec les enseignants ?**

A : Ben oui et puis même par rapport aux parents en fait... Pour les parents, l'animateur est vu comme un encadrant... parce que dans leur souvenir il n'y avait pas d'animateur. C'est quand même quelque chose d'assez nouveau et ça fait un petit 20 ans que ça existe vraiment le profil d'animateur. Tu vois les parents, ils ne comprennent pas bien qui on est, ce qu'on fait, pourquoi on est là, qu'est-ce qu'on leur apporte aux enfants. C'est quoi ? On est des grands frères ? On est des nounous ? Qu'est-ce qu'on est ? On est comme les enseignants ou on ressemble à des pions ? Tu vois pour beaucoup de parents c'est pas clair... Ça s'améliore vraiment, et ça s'améliore pour les enfants qui fréquentent l'ensemble des temps périscolaires, parce que les parents nous rencontrent, nous voient, voient à quel point c'est cadré, dans la structure tu vois... qu'il y a des plannings d'activités, qu'on propose, de manière professionnelle aux enfants... Pour les parents dont l'enfant ne va pas en pause méridienne, on est juste des pions, on est des gens qui surveillent des gamins, mais pas plus tu vois...

(...)

**Q : Et avec les enfants comment ça se passe ?**

A : Non là avec les enfants en général ça va... Ils baignent dedans donc ils voient bien qui on est et pourquoi on est là. Ils comprennent que nous c'est pas tout à fait des enseignants, mais pas non plus des copains... C'est... Je crois que nous on a un lien avec les enfants que les enseignants n'ont pas forcément. Ce qui compte, je crois, avec les enfants c'est que tu aies un lien avec eux. On n'est pas leur pote non plus c'est pas ce que je veux dire... C'est plutôt qu'il faut qu'ils sachent qu'on est là pour eux, tout le temps et dès qu'ils en ont besoin. C'est qu'ils nous fassent confiance et qu'ils voient que notre métier c'est de les aider et de les éduquer au mieux. Du coup ils viennent nous parler plus facilement qu'avec un professeur par exemple...

VI.6. Compte-rendu observation demi-journée de formation pour les animateurs

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

Demi-journée de formation du 11 février 2014  
 Durée : 3 h. 4 ateliers de 40 minutes chacun  
 Par groupe d'environ 15 personnes  
 Ce compte-rendu a été réalisé à partir des notes prises dans les ateliers et du guide formation reçu à l'issue de la journée.

<b>Atelier</b>	<b>Responsables animation</b>	<b>Animateurs</b>
<b>Mise en situation</b>	<p>« Par groupes et vous devez réfléchir à une situation »</p> <p>« Un ou plusieurs enfants refusent de manger leur plat, que faire ? »</p> <p>« Vous pouvez leur présenter les menus et leur expliquer la composition des plats. Il y a aussi des petites astuces à trouver pour donner leur envie de découvrir des aliments nouveaux. Par exemple vous séparez en deux son assiette et vous lui proposez d'en manger seulement une part. Vous pouvez lui lancer un défi aussi par exemple en regardant les autres il aura envie de faire comme eux ».</p>	<p>« Oui moi ça m'arrive tout le temps »</p> <p>« Faut lui proposer de n'en manger qu'une petite partie par exemple »</p> <p><i>en aparté</i> « Comme si ça suffisait... »</p> <p>« Moi je goûte et je lui dis que c'est bon »</p>

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

	<p>« Si je n'aime pas ce qui m'est proposé : je le prends quand même sur mon plateau, je goûte au moins une fois pour montrer l'exemple, je n'influence pas les enfants et je justifie mon choix auprès de l'enfant »</p> <p>« C'est un travail d'équipe surtout »</p> <p>« Définition d'équipe : regroupement de personnes de catégories diverses obligées pour réaliser un objectif commun de s'organiser, de se compléter, de s'articuler et de dépendre des autres »</p> <p>« Le plus important c'est la sécurité. Il y a 5 points de vigilances principaux :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• entourer l'enfant</li> <li>• faire de la prévention, être vigilant tout le temps</li> <li>• en cas d'accidents, faire en sorte que ça ne bouleverse pas la pause méridienne</li> </ul>	<p>« Il faut communiquer surtout »</p> <p><i>en aparté</i> « Dans mon équipe c'est chacun sa pomme »</p> <p><i>en aparté</i> « Dans mon équipe il y en a une elle est trop après les enfants »</p>
--	---	--

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• communiquer avec l'équipe et avec les parents</li> <li>• maîtrise de soi : ne pas perdre son sang-froid »</li> </ul> <p>« Vous devez avoir la notion de responsabilité : c'est vous qui êtes responsables des enfants ».</p> <p>« Il doit y voir une égalité de traitement. Vous devez offrir une sécurité morale, physique et affective ».</p> <p>« Vous devez être vigilant par rapport au matériel qui représente un danger »</p> <p>« En cas d'enfant perturbateur que devez-vous faire ? »</p> <p>« Très bien. Si ça ne suffit pas, l'isoler pendant quelques minutes : 10 minutes pour qu'il se calme »</p> <p>« Vous devez pouvoir rentrer dans l'imaginaire des enfants »</p>	<p>« les couteaux à table par exemple »</p> <p>« le prendre à part et lui expliquer pourquoi son comportement n'est pas adapté ».</p> <p><i>en aparté</i> « on va se déguiser en</p>
--	--	--



## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

	<p>« Surtout vous devez-vous positionnez en tant qu'adulte référent et modèle. Ça veut dire que vous devez vous aussi goûter à tout, vous tenir bien à table, ne pas dire de gros mots. Vous ne devez pas changer les règles et les repères du jour au lendemain »</p> <p>« Il existe plusieurs moyens de faire comprendre à l'enfant qu'il a un mauvais comportement. Le système de points par exemple. Ou les cartons rouges comme au football ».</p>	<p>Michey pour leur faire manger des épinards » (rires)</p> <p>« Sinon l'enfant est perdu »</p>
<p><b>Animation en restauration scolaire</b></p>	<p>« Qui arrive à manger dans le calme ici ? »</p> <p>« Il doit y avoir une continuité éducative tout au long de la pause méridienne »</p> <p>« Il doit y avoir une égalité de traitement. Entre filles et garçons, mignon pas mignon »</p> <p>« Les interventions éducatives doivent être axées sur la bien-être de l'enfant »</p> <p>« Notre travail c'est aussi que l'enfant pense aux autres et apprenne à être responsable »</p> <p>« On doit faire prendre conscience à l'enfant de son potentiel, être conforme à sa</p>	<p><i>Aucune réponse</i></p>

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

	<p>personnalité, il doit apprendre la notion de choix »</p> <p>« Pour les repas : l'équilibre alimentaire est primordial. Les menus sont composés selon des normes nutritionnelles. L'enfant doit goûter à tout au moins une fois pour pouvoir sortir de table. On ne le force pas, on l'incite ».</p> <p>« Attention si vous lâchez trop la bride ils finiront par ne plus rien manger du tout ! ».</p> <p>« Ils doivent absolument avoir quelque chose dans le ventre ».</p> <p>« Il faut informer l'enseignant et prendre contact avec la famille... Il y a peut-être des cas de TA »</p> <p>« Troubles alimentaires ».</p> <p>« Ou alors c'est parce qu'il n'a pas les mêmes habitudes à la maison en fonction de sa culture. Par exemple au Maghreb ils mangent beaucoup de pain. Ici on limite à 1 ou 2 tranches de pain ».</p> <p>« Il faut faire attention au pain ».</p> <p>« Vous êtes les garants de la</p>	<p><i>en aparté</i> « vu la qualité des repas je comprends »</p> <p>« Comment on fait quand tout ce qu'on a essayé ne fonctionne pas ? »</p> <p>« C'est quoi ? »</p> <p>« Pas à mon école »</p>
--	--	---

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

	sécurité et de la bonne alimentation »	
<b>La restauration scolaire et l'équilibre des repas</b>	<p>« À Lille il y a 88 écoles et 46 restaurants scolaires. 8500 repas par jour. Il ne faut pas faire n'importe quoi ».</p> <p>« Les menus sont élaborés par la nutritionniste, selon des principes diététiques. Ils sont vérifiés et validés par le comité des menus. Ils respectent les normes du PNNS et du GEMRCN ».</p> <p>« L'obésité des enfants représente 20 % dans la région ».</p> <p>« La composition est déclinée en 4 composantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• un aliment protidique</li> <li>• légumes et/ou féculents</li> <li>• crudités</li> <li>• produits laitiers »</li> </ul> <p>« Attention c'est interdit de saler à table »</p> <p>« C'est un choix politique de la mairie de ne pas replacer toutes les viandes ».</p> <p>« Ça va peut-être changer bientôt »</p>	<p><i>En aparté</i> « De toute façon on n'a pas de sel ».</p> <p>« Pourquoi il n'y a pas de menus de substitution pour ceux qui ne mangent pas du tout de viande ? »</p> <p>« Parce que moi j'ai beaucoup d'enfants dans ce cas... Plus de la moitié ».</p>

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

	<p>« La bonne alimentation se fait par le fait de prendre de bonnes habitudes. Et les bonnes habitudes se prennent par les modèles. Vous êtes ces modèles ».</p> <p>« Voilà le tableau avec toutes les règles. C'est un vrai plan de bataille ».</p>	<p>(rires)</p>
<p><b>Ressources humaines</b></p>	<p>« Vous n'êtes pas des vacataires. Les vacataires sont payés à la prestation. Vous vous êtes des contractuels non titulaires ».</p> <p>« Selon l'organigramme ce n'est pas un scoop notre maire c'est Martine Aubry. Mr Dumont, en dessous, c'est notre grand patron ! C'est le directeur général des services ».</p> <p>« Prenez en note les numéros de téléphone de vos responsables de pôles ».</p> <p>« Pour votre contrat. Est-ce que vous avez bien lu votre contrat ? »</p> <p>« Vous avez des questions ? »</p> <p>« Vous êtes une équipe. Il n'y a pas de vacataire ou titulaire. Il n'y a pas de clivage ».</p> <p>« La moindre des choses c'est que vous disiez bonjour aux autres ».</p>	<p><i>Murmure de oui</i></p> <p><i>Murmure de non</i></p>

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

	<p>« Ce n'est pas vous qui réglez les problèmes avec les familles ».</p> <p>« Vous avez une obligation de neutralité. Quand on est dans la fonction publique, on est neutre et laïc ».</p> <p>« Vous avez les mêmes obligations que les agents titulaires. Vous n'aurez pas plus de liberté et on ne vous excusera pas plus parce que vous êtes contractuels ».</p> <p>« Vous représentez la ville de Lille et Mme Aubry (la maire) dans tout ce que vous faites et tout ce que vous dites ».</p> <p>« Vous avez un métier difficile, mais il faut montrer l'exemple »</p>	
--	--	--

## VI.7. Extrait d'une observation à l'école Michelet, quartier Centre, le 7 novembre 2013

### **Extrait d'une observation à l'école Michelet, quartier Centre, le 7 novembre 2013**

*Première journée d'observation à l'école Michelet lors de la pause méridienne. Après plusieurs entretiens exploratoires avec les animateurs, nous avons accompagné un groupe d'enfants pendant une semaine. Nous proposons ici de rendre compte de la première journée que nous avons suivie car elle témoigne de notre étonnement face à la cadence rapide imposée aux enfants lors de cette pause.*

*Ce compte rendu a été écrit à l'issue de notre observation pendant laquelle nous n'avions pas de matériel d'enregistrement. Nous avons toutefois à portée de main un carnet dans lequel nous avons noté les horaires, les moments qui nous semblaient pertinents pour notre travail ainsi que les propos entendus.*

11 h 30 : Après une présentation générale des lieux et de l'équipe, j'accompagne une animatrice dans la cour de récréation. Les enfants ne sont pas encore sortis, mais nous attendons que la cloche sonne. Elle me donne quelques conseils avant ce qu'elle appelle « le coup d'envoi ». Elle m'explique que la pause méridienne est une « course contre la montre » dans cette école qui ne possède pas de cantine dans ses locaux.

11 h 40 : les enfants sortent de leur classe. L'animatrice m'explique que les enfants ont un « temps libre ». Ils jouent dans la cour en petits groupes. Trois petites filles viennent nous saluer et me demandent qui je suis. L'animatrice répond pour moi et leur explique que je suis « une nouvelle qui vient voir comment se déroule la pause méridienne ». Dans la cour, une scène de bagarre éclate, l'animatrice se précipite vers le groupe en me disant « ça y est, ça commence ». Je reste avec les petites filles qui me racontent leur matinée en classe et m'expliquent comment se déroule le déjeuner. Elles insistent sur le fait que les repas ne sont « pas très bons », mais qu'elles adorent manger à la cantine, car elles sont avec leurs « copines ».

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

12 h : la cloche sonne de nouveau. Les enfants semblent savoir ce qu'il convient de faire et courent immédiatement se placer le long des murs de la cour pour se mettre en rang. Un groupe tarde à venir et un animateur les presse de ranger leur jeu pour rejoindre les autres. Les animateurs se répartissent les groupes. Je me joins au premier qui part immédiatement à la cantine.

Nous sortons de l'école pour rejoindre la cantine, au bout de la rue. Pendant le trajet, les enfants chantent et jouent ensemble. Une seconde animatrice est avec nous. Elle montre aux enfants les panneaux routiers et leur demande de deviner leur signification.

12 h 10, nous arrivons à la cantine. Il y a énormément d'enfants provenant des autres écoles et nous devons patienter. Les enfants m'expliquent qu'ils en ont l'habitude. Cela semble compliqué toutefois pour les animateurs qui sont débordés. Ils aident les enfants à se servir, à porter leur plateau, à indiquer aux cuisiniers les « régimes spéciaux » de certains tout en surveillant les autres. Une animatrice me demande de l'aide et m'explique que je dois me mettre en bout de self et vérifier que les enfants ont bien « tout sur leur plateau ». J'en vois un qui n'a pas de verre, c'est une petite fille qui lui en apporte un, à ma demande. Je dois aussi vérifier que les enfants ont bien pris une entrée, un plat et un dessert. Le menu du jour est carottes râpées, couscous et mousse au chocolat. Quelques enfants essayent de ne pas prendre de carottes, mais une animatrice se tient à côté du stand des entrées et place elle-même le ramequin. Un garçon me demande s'il est vraiment obligé de tout prendre (lui non plus ne veut pas de carottes). Un animateur l'ayant entendu lui répond: « ben oui tu sais bien ». Le petit garçon me regarde en souriant et je comprends qu'il espérait que je le laisse partir sans son entrée. Une autre petite fille essaye de négocier en disant qu'elle est allergique aux carottes. L'animatrice lui explique qu'elle peut toujours prendre le ramequin qui fera de « jolies couleurs » sur son plateau. La petite fille le prend à contrecœur en soufflant.

Je suis autorisée à m'asseoir et à déjeuner avec les enfants. Je suis en bout de table parmi un groupe mixte et une animatrice est également présente. La petite fille assise en face de moi ne veut pas goûter ses carottes. L'animatrice lui propose un jeu : compter jusqu'à trois et en goûter une petite bouchée. Ses copines jouent le jeu et finalement elle accepte de le faire. Elle

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

finit par dire qu'elle « déteste ça », l'animatrice n'insiste pas. Deux garçons discutent entre eux et ne touchent pas à leur assiette. Ils se montrent quelque chose sous la table et vérifient que l'animatrice ne les regarde pas. Très vite, deux petites filles me demandent d'expliquer qui je suis. Je réponds que je suis à l'université et que mon travail est d'étudier comment fonctionne une cantine. L'une me dit que « ça n'a pas l'air très intéressant », parce qu'« on mange c'est tout ». Une autre petite fille me demande si je suis chargée des repas et des menus. Je lui explique que non, mais que j'étudie comment les repas sont composés. Elle m'explique alors qu'elle déteste la viande, « mon pire ennemi » dit-elle, et qu'elle voudrait bien plus de frites. Les autres du groupe sont d'accord. L'animatrice leur explique alors que les frites tous les jours ce n'est pas possible « parce qu'il faut varier son alimentation ». Une petite fille lui répond « oui oui, on sait ». La petite fille qui déteste la viande prend un petit morceau de merguez dans son assiette et le mange. Elle fait une grimace prononcée pour bien montrer qu'elle n'apprécie pas. Je lui demande pourquoi elle en mange alors qu'elle n'aime pas. Elle me répond « je dois goûter au moins une fois ». Je suis surprise de la manière dont les enfants ont intégré cette règle, au moins devant moi et devant l'animatrice. Les deux garçons n'ont presque pas touché à leur assiette. L'animatrice les presse et ils finissent par manger, laissant de côté les carottes et attaquant tout de suite le couscous.

Je sens que je suis un peu en retard par rapport à tout le monde. Une petite fille me presse et m'explique « tu pourras pas manger ton dessert sinon ». Certains groupes avec lesquels nous sommes arrivés sont déjà levés et se dirigent vers le stand de tri. L'animatrice et l'ensemble du groupe sont au dessert qui, à la différence des carottes, fait l'unanimité. Pendant ce temps, les enfants me racontent leur pire repas à la cantine. La langue-de-bœuf semble être un souvenir particulièrement négatif pour eux. Certains commencent déjà à trier leur plateau à table. Je n'ai pas eu le temps de finir mon couscous ni mon yaourt, mais je sens qu'il faut partir. Les deux garçons, sans que je m'en rende compte, ont fini leur dessert au chocolat. Leur assiette de couscous est encore à moitié pleine. Deux petites filles sont ravies de m'expliquer comment trier mon plateau et me montrent comment faire. Il faut rassembler tout ce qui n'a pas été mangé ainsi que les pots de yaourt dans une même assiette et poser ses couverts à côté. À cette occasion, je constate que peu d'enfants ont bu de l'eau et que j'ai moi-même oublié d'en prendre. Les deux garçons se lèvent, toujours en pleine discussion, et nous les imitons. L'animatrice me dit de me diriger vers le stand de tri, car elle attend un petit garçon qui n'a pas fini son dessert.



## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

Au stand de tri, des enfants s'amuse à jeter les serviettes en boule à la manière d'un jeu de basket-ball. Une serviette tombe par terre et c'est un animateur qui la ramasse et les gronde. Je suis les enfants qui me montrent comment faire. Il faut d'abord jeter la nourriture par un trou sous lequel il y a un sac poubelle. Puis déposer son assiette sur une pile, trier ensuite les couverts dans des bacs puis déposer le verre et enfin le plateau.

Nous reformons le groupe avec lequel nous sommes arrivés devant l'entrée du bâtiment. Mon sentiment à ce moment-là est que les enfants n'ont pas le temps de prendre leur repas et que le déjeuner ressemble à un marathon. Les enfants sont invités à se mettre en rang pour repartir vers l'école. Sur le chemin du retour, une petite fille s'amuse à se faire porter par ses amies. L'animatrice les exhorte à marcher normalement et plus vite.

12 h 50 : nous sommes de retour à l'école. Le groupe se disperse pour aller en « animation ». J'accompagne l'animatrice à son atelier de danse. Il n'y a que des petites filles, qui sont ravies d'avoir un nouveau spectateur et proposent de me montrer leur chorégraphie. L'atelier a lieu dans la salle informatique. Il faut d'abord pousser les tables et les chaises. Les enfants le font spontanément et démontrent ainsi qu'ils ont encore une fois l'habitude de cette organisation. L'animatrice a amené un poste de radio portable avec un lecteur CD. Les tables et chaises mises de côté servent à déposer les manteaux, les sacs et à s'asseoir. Les petites filles me montrent leur chorégraphie, sur une musique rapide. Elles tournent sur elles-mêmes, s'allongent, font une ronde. L'animatrice les guide en initiant les gestes et en annonçant les pas suivants. Elles font deux fois la chorégraphie et il est déjà temps de ranger la salle. De nouveau, elles montrent une certaine habileté à redisposer les meubles. Il est 13 h 05 et à 13 h 10 tout le monde est prêt pour sortir de la pièce. L'animatrice me demande d'accompagner le groupe pendant qu'elle va ranger la radio. Je n'ai pas le temps de lui demander où nous devons aller à ce moment-là. C'est une petite fille qui m'explique que c'est le moment d'aller aux toilettes. Comme je ne sais plus où ils se situent, ce sont les enfants qui m'orientent.

Nous y arrivons alors qu'il y a plusieurs groupes déjà présents. Un animateur me demande comment ça se passe pour moi. Je lui dis que tout va très vite et il sourit en me disant « c'est

## VI. Entretiens et observations dans les écoles de la ville de Lille

ça la pause méridienne ». Certains enfants n'ont pas envie de passer aux toilettes, mais doivent néanmoins se laver les mains. J'entends à cette occasion un petit garçon expliquer à un ami que ses mains « ont plein de microbes. Imagine tout ce que tu as touché ». Les petites filles se « tiennent la porte » et deux sont entrées en même temps dans la même toilette. Je les entends rire et l'animateur les presse pour qu'elles sortent rapidement. Un petit groupe est au fond et discute sans passer aux toilettes ni se laver les mains. L'animatrice me rejoint après avoir déposé sa radio. Elle presse de nouveau les petites filles du groupe de danse pour aller plus vite. Finalement, à 13 h 20 tout le monde a fini et nous nous dirigeons vers la salle de classe. Des élèves d'autres ateliers nous rejoignent et s'assoient à leur place respective. L'animatrice m'explique qu'ils ont maintenant dix minutes de « temps calme ».

Avec une radio déjà branchée dans la classe elle fait écouter aux enfants un morceau de jazz et leur demande de reconnaître les instruments. Je suis au fond de la salle. Je vois des enfants lever la main pour répondre, d'autres font semblant de jouer de la guitare ou de la trompette. Certains discutent et l'un a posé sa tête sur la table et il ferme les yeux. L'enseignante entre et se tient à côté de moi en attendant la fin de la musique.

La musique se termine, l'animatrice range son matériel. L'enseignante avance vers le tableau et discute avec elle quelques minutes. Je suis toujours au fond de la classe. Un enfant se lève pour donner une tape sur le bras d'un autre, je ne sais pas pourquoi. Une petite fille rampe par terre pour retrouver une gomme et un autre continue d'imiter un guitariste en faisant rire ses amis autour de lui. La cloche sonne à ce moment-là, annonçant la fin de la pause méridienne et la reprise de la classe. Les enfants sont invités par l'enseignante à se préparer et je comprends qu'ils ont une sortie à la piscine prévue l'après-midi même.

L'animatrice me rejoint au fond de la pièce, nous disons au revoir aux enfants et sortons. Je suis étourdie par le rythme de cette pause méridienne.