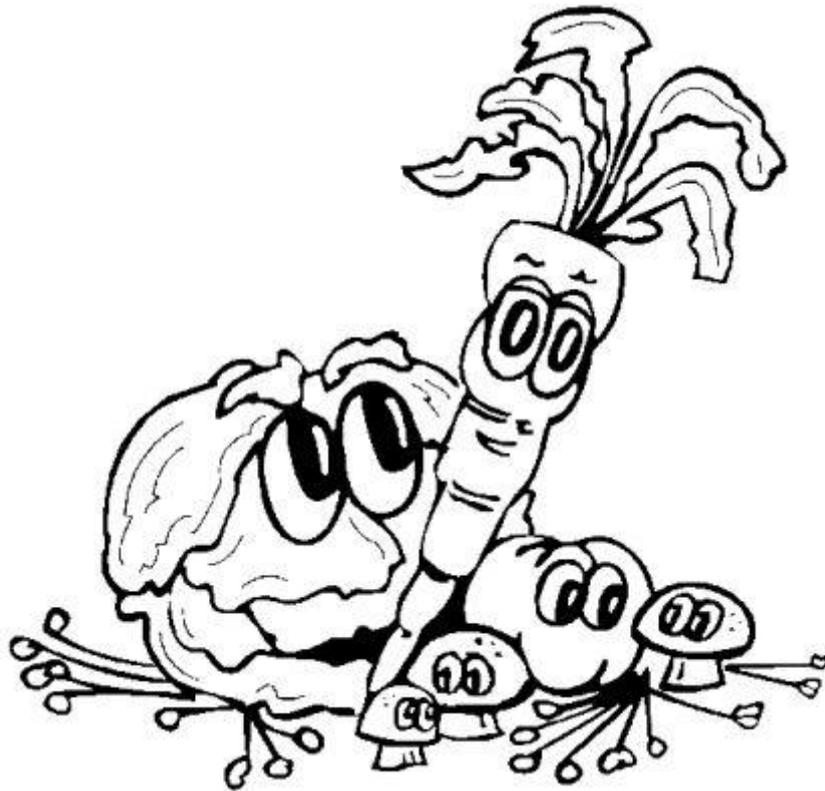


Projet
Education nutritionnelle



✓ Pourquoi ce projet ?

Eduquer à la nutrition et prévenir les problèmes de surpoids et d'obésité sont une des priorités de l'école qui a la responsabilité particulière, en liaison étroite avec les familles et les partenaires, de veiller à la santé des enfants qui lui sont confiés. Cette éducation commence dès l'école maternelle.

✓ Le constat

Le petit déjeuner est le "coup d'envoi" d'une bonne journée. Or, nous avons pu remarquer que certains jeunes se nourrissent peu ou mal.

Il en est de même lors des repas. L'éducation au goût est inexistante. Les adolescents que nous rencontrons mangent principalement des pizzas, des pâtes, des hamburgers, des frites.

Et lors de la Semaine du goût en octobre nous avons tenté des dégustations :

- Cake à la carotte
- Mousse à la banane

Nous avons pu mesurer la portée de la méconnaissance :

- des aliments
- de ce qu'est un repas équilibré

Certains n'osent même pas goûter. Il fallait alors réagir...

✓ Les instructions officielles

Circulaire n°2009-068 du 20 mai 2009 (BO n°21 du 21/05/2009) relatif à la préparation de la rentrée 2009, priorité "aider les élèves à prendre en charge leur santé"

« L'éducation à la nutrition permet de développer des projets en lien avec les enseignements et d'aborder l'éducation à la consommation et au goût. Son objectif est également de mieux informer les élèves pour prévenir le surpoids et l'obésité précoces »

Deuxième Programme National Nutrition Santé (PNNS) 2006-2010 actions et mesures, septembre 2006

Loi n°2004-806 du 9 août 2004 publiée au JO du 11/08/2004 relative à la politique de santé publique

Note du 25 mars 2004 à l'attention des directrices et directeurs d'école relative à la collation matinale

*« Il est notamment rappelé que « l'accueil, les récréations, les temps de repos et de sieste, **de goûter ou de restauration scolaire** sont des temps d'éducation. Ils sont organisés et exploités dans cette perspective par ceux qui en ont la responsabilité ». La question de la collation matinale, tout comme d'autres activités en rapport avec l'alimentation, ne peuvent être uniquement liées aux problèmes de surpoids et d'obésité, même si cet objectif de santé publique demeure prioritaire. Les dimensions éducative, sociale et culturelle ainsi que les diversités locales, qu'elles soient d'ordre géographique ou socio-économique, doivent être prises en compte à l'école. Il faut rappeler que les familles ont un rôle primordial en ce qui concerne les rythmes alimentaires de l'enfant, en particulier pour le petit déjeuner, et qu'il convient d'établir un lien étroit avec elles pour harmoniser les différentes prises alimentaires organisées à la maison et à l'école. Une information sur la collation et plus généralement sur les actions d'éducation à la nutrition fera l'objet d'une communication en conseil d'école.*

Cette information pourra associer les personnels de santé de l'éducation nationale et des partenaires extérieurs compétents dans ce domaine. »

« Il est prévu, dans le cadre des programmes de l'école primaire, une sensibilisation aux problèmes d'hygiène et de santé : régularité des repas, composition des menus (cycles 1 et 2), actions bénéfiques ou nocives des comportements, notamment dans l'alimentation (cycle 3). »

« En appui des enseignements, il est nécessaire de développer des actions nutritionnelles, d'éducation au goût et à la consommation. Des écoles ont déjà mis en place de tels projets, que ce soit dans le cadre des classes à projet artistique et culturel (PAC), des classes de découverte ou transplantées. D'autres projets impliquent la collaboration entre les écoles »

BO spécial n°46 du 28/06/2001 relatif à la restauration scolaire

« Les enfants ne prennent en général dans le cadre scolaire qu'un nombre restreint de leurs repas annuels ; l'école ne peut donc à elle seule assurer l'équilibre alimentaire des enfants. En revanche, elle peut assurer une formation élémentaire du goût, en multipliant les occasions de découverte et une éducation nutritionnelle en expliquant la nécessité de la diversité alimentaire et les inconvénients des stéréotypes. Il n'est pas question de favoriser un modèle déterminé, même s'il a la faveur des élèves, mais de montrer que la diversité des modèles dans des cultures différentes répond à des choix ancestraux justifiables. »

« L'aspect éducatif du repas est peut-être trop souvent oublié ou négligé. Il est bon d'en souligner l'intérêt chez les jeunes enfants qui peuvent acquérir tôt des notions simples sur les principaux aliments, en même temps qu'un bon comportement alimentaire.

En effet, les habitudes alimentaires s'acquièrent dès le plus jeune âge. Il est donc important de commencer l'éducation nutritionnelle quand les comportements et les attitudes n'ont pas encore été établis. L'école joue un rôle important, notamment dans l'éveil au goût chez les élèves. Elle doit les aider, en complémentarité avec les familles, à choisir leurs propres aliments chaque fois qu'ils peuvent le faire en dépit des tendances, des médias et des traditions et leur faire connaître les effets de l'alimentation sur leur santé.

L'éducation nutritionnelle à l'école doit être reliée à la vie sociale et tenir compte des différentes cultures. Il ne faut pas oublier que le goût s'apprend. Il se forme, s'éduque, s'acquiert et ceci tout le temps, tout au long de la vie et dans un contexte culturel et sociologique donné. Il est également une possibilité de point d'ancrage et de point de départ pour toute une série d'activités.

Le repas de midi n'est pas seulement la prise de nutriments ou de calories. C'est aussi le moment où les élèves, après l'attention du matin, se détendent et où les échanges sociaux sont favorisés.

L'alimentation est nécessaire physiologiquement, indispensable au bien-être et à la santé, mais elle ne doit pas être vécue uniquement comme une obligation. Elle doit devenir un moment privilégié de découverte et toujours rester un moment de plaisir.

Il serait souhaitable d'organiser autour de l'alimentation des animations dont les grands axes pourraient être :

- d'éduquer le goût des élèves, valoriser le patrimoine culinaire et promouvoir des produits de bonne qualité gustative et nutritionnelle ;*
- de mettre en avant un vocabulaire précis concernant les saveurs, surtout auprès des enfants qui font des confusions afin qu'ils soient capables de définir clairement leurs sensations ;*
- d'expliquer les secrets de fabrication des aliments et leur composition ;*
- de déguster des spécialités de pays ;*
- de découvrir les odeurs, les épices et les essences.*

Il importe d'impliquer tous les personnels de l'école ou de l'établissement ainsi que les familles dans cette démarche d'éducation. »

- ✓ Les programmes de l'école et l'objectif du projet

PROGRAMMES D'ENSEIGNEMENT DE L'ÉCOLE PRIMAIRE (Arrêté du 9 juin 2008, BO hors série n°3 du 19 juin 2008)

Cycle I Découvrir le monde

Découvrir le vivant

- Les enfants observent les différentes manifestations de la vie
- Ils découvrent les parties du corps et les cinq sens
- Ils sont intéressés à l'hygiène et à la santé, notamment la nutrition
- Ils apprennent les règles élémentaires de l'hygiène du corps

Cycle II Découverte du monde

Découvrir le monde du vivant, de la matière et des objets

- Les élèves repèrent des caractéristiques du vivant : naissance, croissance et reproduction nutrition et régimes alimentaires des animaux
- Ils apprennent les règles d'hygiène et de sécurité personnelles et collectives

Cycle III

Sciences expérimentales et technologie

Le fonctionnement du corps humain et la santé

- première approche des notions de digestion, respiration et circulation sanguine
- hygiène et santé : actions bénéfiques ou nocives de nos comportements, notamment dans le domaine du sport, de l'alimentation, du sommeil

Langue vivante

Les connaissances sur les modes de vie du pays viennent favoriser la compréhension d'autres façons d'être et agir

Compétences attendues à la fin du CM2

Mobiliser ses connaissances dans des contextes scientifiques différents et des activités de la vie courante (ex : apprécier l'équilibre d'un repas).

Suivant le niveau des élèves le travail sera mené en classe et sur les groupes éducatifs.

L'objectif de ce projet est de faire prendre conscience aux jeunes de l'importance de la nourriture dans notre vie et les incidences sur la santé.

- ✓ Les partenaires

Travail mené en partenariat avec :

- les éducateurs de l'IMP
- Les éducateurs de l'IMPRO
- L'éducateur sportif
- L'infirmière

- ✓ Les actions

Notre projet a eu le soutien de deux organismes :

- Les fromages de Savoie qui nous ont envoyé un kit pédagogique
- La société KELLOG'S qui nous a fait parvenir des boîtes de céréales et des kits pédagogiques

Grâce à ces dons nous avons eu l'idée d'organiser un petit déjeuner « géant ».

- Le **3 mars** à l'IMP de 10h à 11H
- Le **4 mars** à l'IMPRO de 10h à 11H

Les éducateurs se chargent de la fabrication d'un chocolat chaud « maison » et nous fournissons les céréales.

L'objectif étant de montrer l'importance de ce premier repas de la journée.

Puis grâce au kit pédagogique des Fromages de Savoie, nous allons fabriquer des tartines de chèvre au miel et proposer :

- une dégustation dans le courant du mois de mars
- une vente de miel BIO aux personnels, parents et tous ceux qui voudront s'associer à cette campagne en faveur de la COOPERATIVE SCOLAIRE.

L'objectif étant de valoriser l'agriculture biologique et de rapporter un peu d'argent à notre coopérative naissante.