



Promouvoir une alimentation équilibrée à l'école

Midi Santé

OSH, le 27 mai 2005



C. Vandoorne



...des références

- Forum Européen sur l'alimentation à l'école,
Strasbourg , 20-21 novembre 2003
 - ➔ Lignes directrices en faveur d'une alimentation saine à l'école
 - ➔ L'alimentation à l'école : faire le choix de la santé
- **Isabel Loureiro** : « ce que disent les études sur les moyens d'améliorer le comportement alimentaire des jeunes »
- **Isobel Contento (1996)**: méta analyse de 217 études d'intervention en éducation nutritionnelle
Society for Nutrition Education 27 (6) pp 277-421



Lignes directrices (I)

Approche positive, démocratique et **globale**

- Car les **facteurs** déterminant l'alimentation sont **diversifiés** (éducatifs , culturels, économiques, environnementaux, sociaux, génétiques,...)

Exemple : décision du choix de manger ou non à l'école

- L'alimentation fait **partie intégrante** du mode de vie : AP, sommeil, santé mentale, ...

La promotion de l'alimentation s'inscrit dans le cadre plus général de la promotion de la santé à l'école et associer toutes les parties prenantes



Lignes directrices (II)

- **Actions au niveau international**
Enquêtes et guides de formation, promotion de produits et de formules de restauration saines..
- **Actions au niveaux national et régional**
Options de restaurations par rapport aux styles de vie et régimes alimentaires des jeunes et des familles
Lignes directrices (voir liste)
- **Actions au niveau des communautés scolaires**



Ce que disent les études (I)

L'efficacité résulte de la combinaison de stratégies d'approches

Jeunes enfants

Exposition aux aliments dans un contexte social positif

Rôle de modèle des proches et adultes

Usage de récompenses

Enfants plus grands

Auto-évaluation

Explication des attentes et des valeurs

Fixation d'objectifs personnels

Choix entre diverses possibilités

Ce que disent les études (II)

- **Sens critique** fondé sur l'expression et la connaissance de soi
- Faire des **expériences** dans un contexte de vie sociale et de développement personnel
- **Responsabiliser** : sentiment de maîtriser les choses et confiance en soi (cf.image corporelle/réduction des obstacles perçus)
- **Changer l'environnement** physique et social

La promotion de la santé (l'alimentation) à l'école

Une école...

... pour apprendre la santé
(apprendre l'alimentation)

... pour vivre la santé
(se nourrir)

La combinaison de l'éducation pour la santé et de toutes les actions que pose l'école pour protéger ou améliorer la santé de ses membres



Deux raisons de développer l'école en santé

- Une raison politique "**démocratie**"
le droit de tous les enfants à la santé et à l'éducation pour la santé
- Une raison pratique "**citoyenneté**"
un milieu de vie spécifique, un micro-système

Démocratie

Droit à la santé (VIVRE)

- **Surveillance sanitaire** (hygiène et qualité des repas)
- **Dépistage des problèmes de santé individuels** (surcharge pondérale et obésité)
- **Garantie d'un environnement matériel et social propice au bien-être, au développement harmonieux, aux apprentissages**



Démocratie...

Education pour la santé (Apprendre)

- L'**attirance** pour des modes de vie sains
- La capacité de **poser des choix**
- La **capacité d'agir collectivement** pour créer une meilleure santé



Citoyenneté... (VIVRE)

L'école = un micro-système qui permet un apprentissage fondamentalement contextuel

- résoudre le problème concret posé
- acquérir de nouvelles capacités à travers l'action
- exercer son autonomie et sa responsabilité au sein d'un processus collectif



Charte d'Ottawa de la Promotion de la Santé	Les objectifs de la promotion d'une alimentation saine
1. Créer des milieux favorables	1. Améliorer l'environnement nutritionnel à l'école
2. Développer des aptitudes personnelles	2. Développer la capacité de poser des choix, renforcer l'attrance pour des modes de vie sains
3. Renforcer l'action communautaire	3. Intégrer toute la communauté éducative dans la conception, la réalisation, l'évaluation du projet
4. Réorienter les services de santé	4. L'agent de santé apporte un soutien méthodologique

La promotion de la santé (l'alimentation) à l'école

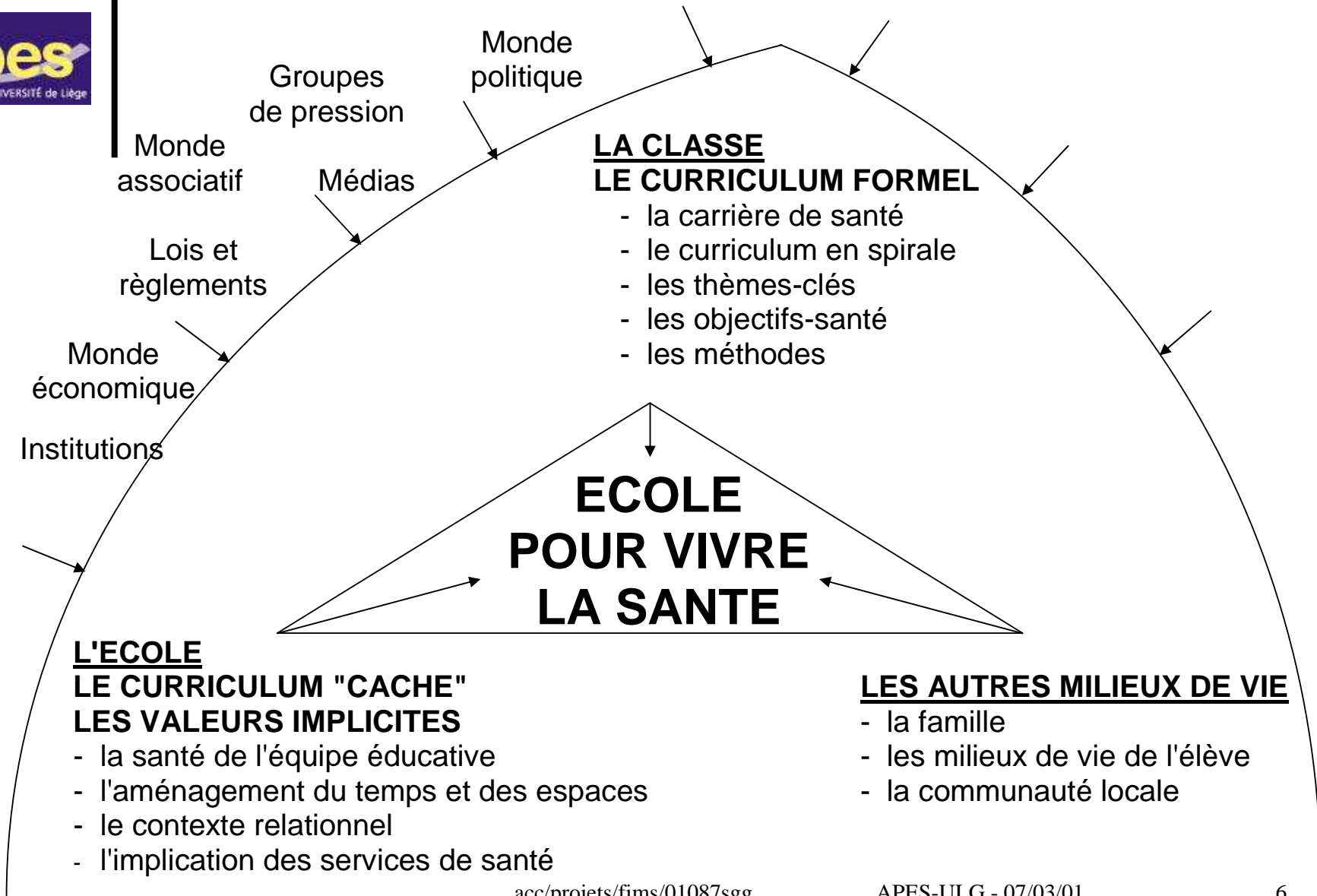
Une école...

... pour apprendre la santé
(apprendre l'alimentation)

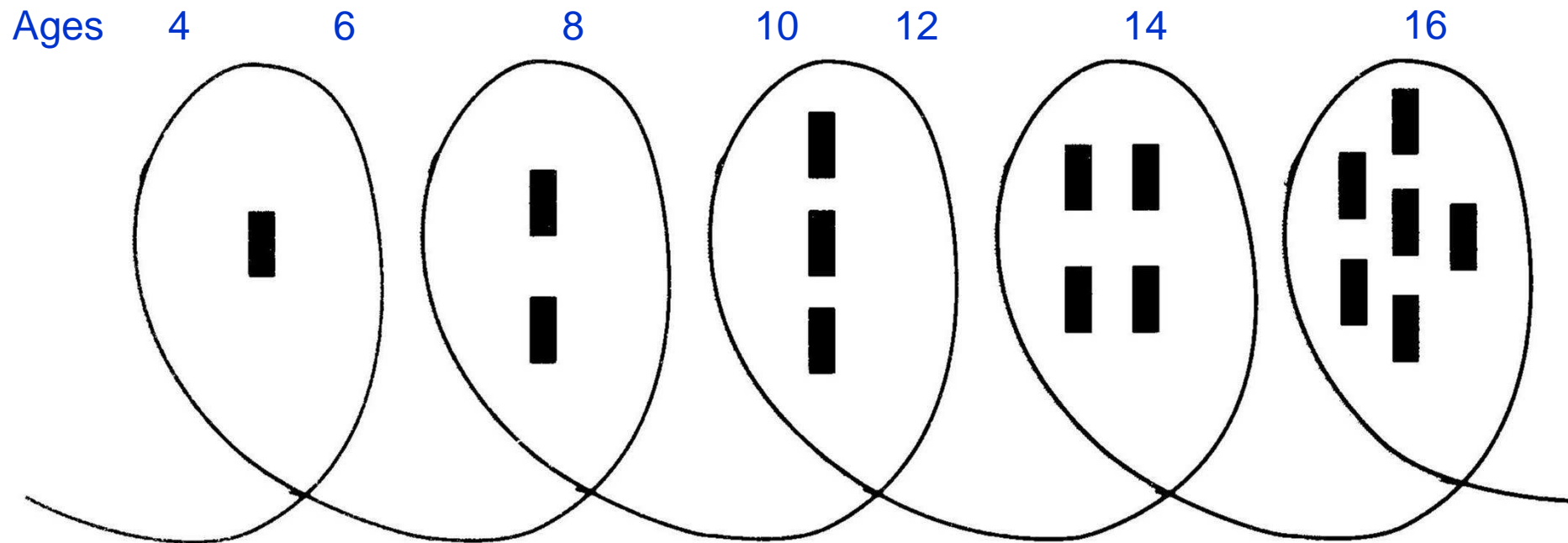
... pour vivre la santé
(se nourrir)

La combinaison de l'éducation pour la santé et de toutes les actions que pose l'école pour protéger ou améliorer la santé de ses membres

LES TROIS POLES DE L'ECOLE EN SANTE (VANDOORNE, D'APRES WILLIAMS)



Le curriculum en spirale



Révision progressive des notions afin de construire les nouveaux concepts et contenu de manière appropriée à chaque âge.

(I. YOUNG et T. WILLIAMS 1989)

Les objectifs éducatifs (II)

- La dimension physique :
 - le rapport au corps
- La dimension psychique :
 - le rapport aux affects
- La dimension cognitive :
 - le rapport aux savoirs
- La dimension sociale :
 - le rapport au collectif



Curriculum en spirale des PSE – BW sur l'alimentation

- **Variation et équilibrage de son alimentation**
(sur un repas, la journée, la semaine)
- **Adapter l'alimentation aux besoins de son corps** (eau, faim et satiété/effort physique/qualité nutritionnelle)
- **Prendre plaisir à manger**
(nouveaux mets, avec les autres)

Curriculum européen

7 dimensions visitées en 4 tranches d'âge

- Alimentation et développement émotionnel
- Habitudes alimentaires et influence socio-culturelles
- Nutrition et santé individuelle
- Production transformation et distribution des aliments
- Aspects de l'alimentation liées au consommateurs
- Conservation et stockage des aliments
- Préparation

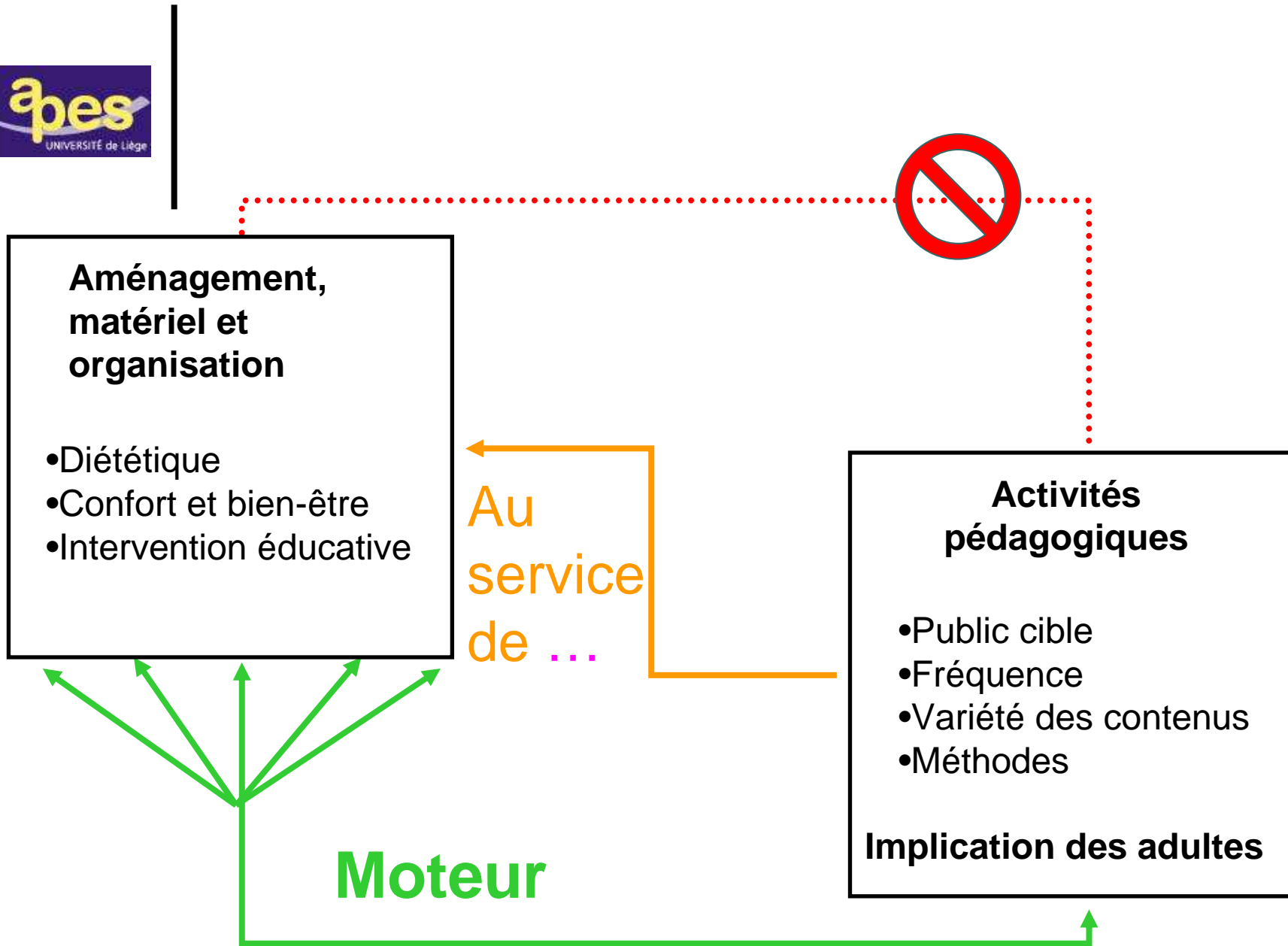
La promotion de la santé (l'alimentation) à l'école

Une école...

... pour apprendre la santé
(apprendre l'alimentation)

... pour vivre la santé
(se nourrir)

La combinaison de l'éducation pour la santé et de toutes les actions que pose l'école pour protéger ou améliorer la santé de ses membres





Objectifs de l'école en santé

- Donner la **capacité d'agir**

- **Sur soi-même**

- **Sur le milieu de vie**

- Susciter le **désir d'agir**



Composantes du lien social

B. GOUDET, *Santé Communautaire : quelques réflexions*, CRAES, Bordeaux, 2000.

Lien aux proches : lieux de vie

« lien communautaire »

Lieu du faire ensemble particulier

Processus de mobilisation

Lien de soi-même à soi-même : « lien identitaire »

Processus de prise de conscience

Autoévaluation
connaissance de soi

Accompagnement en
« groupe de parole ...

... d'action »

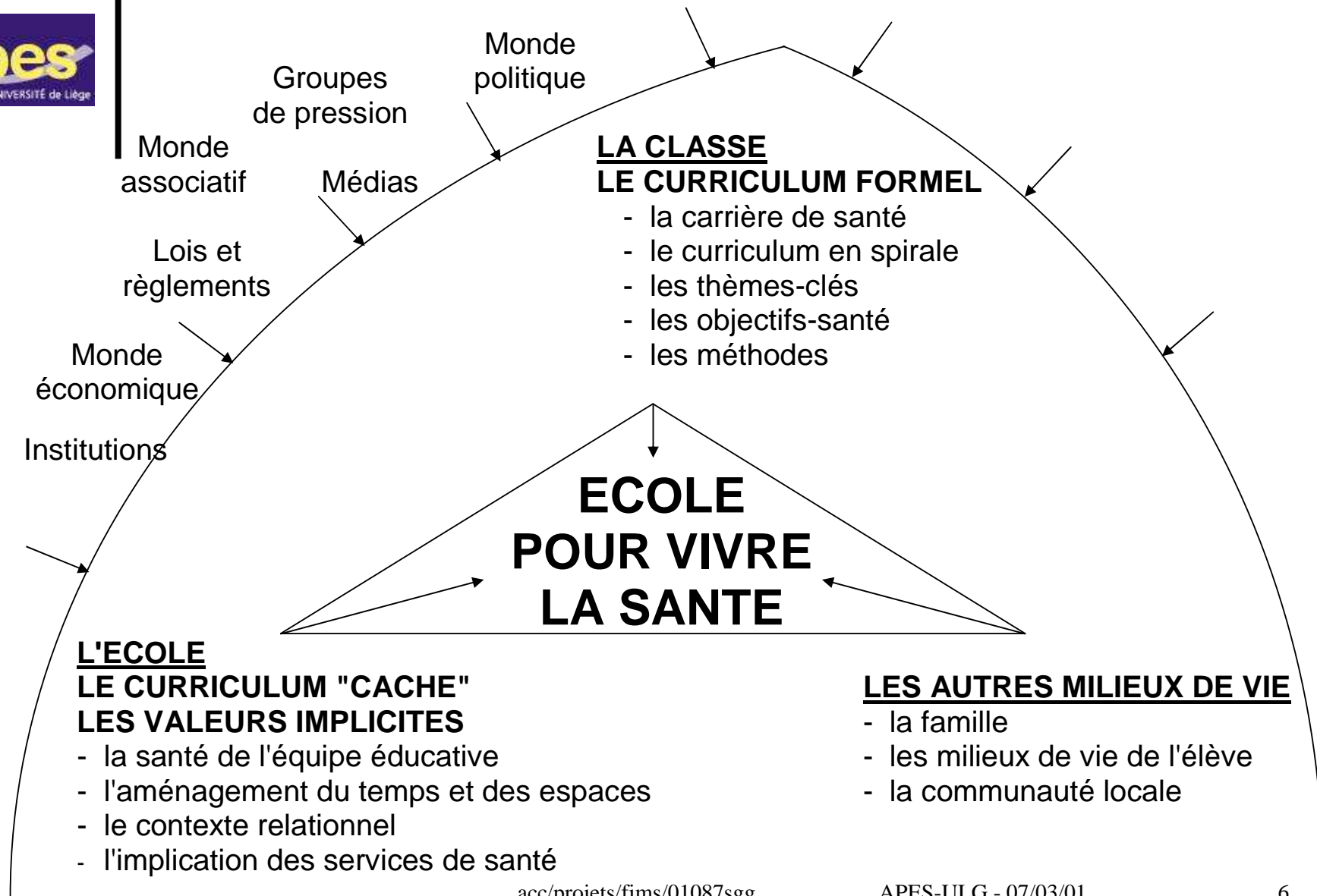
Accompagnement
et apprentissage



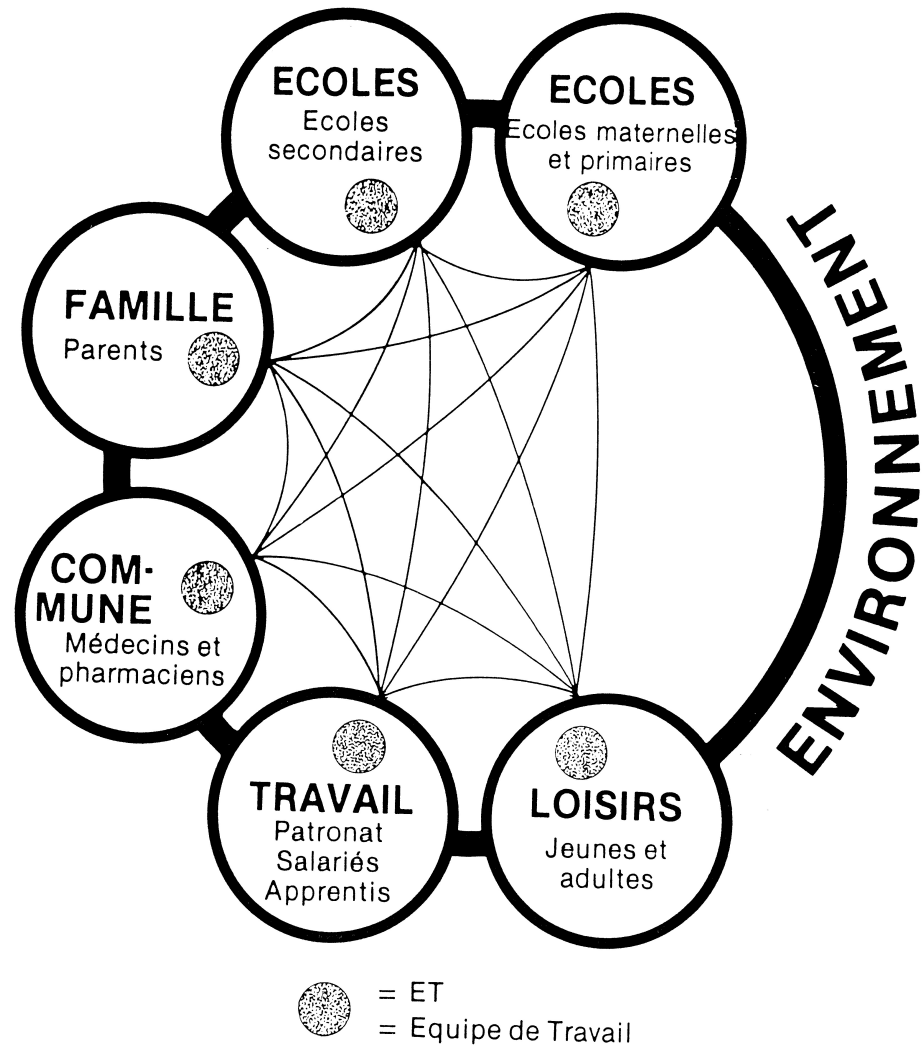
Les moments de la participation

- L'analyse des causes des problèmes rencontrés à titre individuel ou collectif
- La décision sur les objectifs prioritaires d'une intervention
- Le choix et la mise en place des solutions
- Les procédures d'évaluation et de régulation

LES TROIS POLES DE L'ECOLE EN SANTE (VANDOORNE, D'APRES WILLIAMS)



E. Servais (1988)





Composantes du lien social

B. GOUDET, *Santé Communautaire : quelques réflexions*, CRAES, Bordeaux, 2000.

Lien aux proches : lieux de vie

« lien communautaire »

Lieu du faire ensemble particulier

Processus de mobilisation

Lien de soi-même à soi-même : « lien identitaire »

Processus de prise de conscience

Autoévaluation
connaissance de soi

Accompagnement en
« groupe de parole ...

... d'action »

Accompagnement
et apprentissage

Lien au système social

« lien sociétaire »

Lieu de l'ouverture par la
confrontation

Processus d'organisation



Critères d'un projet de promotion de l'alimentation à l'école

- Analyse de la situation de départ (environnement /modes de vie) avec les parties prenantes
- Modifications visibles de l'environnement ou des comportements des élèves et enseignants
- Procédures de qualité
 - Implication et participation des élèves
 - Implication des parents et de la communauté locale
 - Références/ressources pluridisciplinaires
 - Implication de l'ensemble de la communauté éducative



Critères d'un projet de promotion de l'alimentation à l'école (II)

- Procédures de qualité (suite)
 - Mode d'intervention éducative
 - Enrichissement des représentations (approche globale, pluridisciplinaire)
 - Action des élèves sur leur environnement
 - Possibilité de choix et de gestion autonome
 - L'évaluation

- La perspective de suite au projet au-delà d'une année scolaire