

Éditorial 2008 : Une année de renforcement et d'innovation



L'édition 2008 a décerné le label à 51 écoles, la liste des écoles lauréates est disponible également sur le site. Vous retrouverez l'une d'elles en page 2 : **l'école de Peu d'eau à Andenne**. La deuxième initiative décrite dans cette même page est également couronnée mais, elle, pour son investissement dans l'environnement ainsi que dans l'offre en collations saines. Il s'agit de **l'Athénée Royal de Waismes**.

D'**environnement**, il sera encore question en page 3 puisque cette rubrique traitera des déchets, du réemploi et des achats durables, avec une foule d'informations pratiques pour vous inciter à vous lancer dans l'aventure !

Un nouvel appel à projet vous a été adressé par le *Plan de Promotion des Attitudes Saines*, pour vous inciter à promouvoir l'accès à l'eau dans votre établissement. Vous trouverez en page 4 toutes les informations détaillant cet appel à projet mais aussi un coup de chapeau à la campagne **Sourire pour Tous** de la Fondation pour la Santé dentaire, qui allie une approche ludique et éducative pour son action dans les écoles.

Les écoles reprochent souvent un manque de continuité dans les actions qui leur sont proposées. Dans le cadre du *Plan de promotion des attitudes saines en matière d'alimentation et d'exercice physique*, l'ensemble des actions lancées durant les deux dernières années sont reconduites pour 2008. L'évaluation qui en a été faite montre que ces actions répondaient à un réel besoin des cuisiniers, enseignants et directeurs d'écoles. Le taux d'inscription aux projets et la qualité des actions incitent le Gouvernement à continuer ses projets avec les mêmes partenaires.

Ainsi les **ateliers du goût** sont prolongés sur le même principe, à ceci près que vous n'aurez plus de délai d'inscription, mais un simple formulaire à remplir que vous trouverez sur www.mangerbouger.be. Les **ateliers « cuisine »** seront également reconduits aux mêmes conditions.

Les **formations continuées** pour le personnel de cuisine, organisée par le Cefor, se dérouleront en 4 sessions en 2008. Deux fois à Namur, une fois à Liège et une fois dans le Hainaut. Vous trouverez toutes les dates, lieux et conditions également sur le site. Le

projet « **collectivité scolaire de qualité** » avec **l'asbl Bioforum** en est à sa phase de formation pour 56 établissements. **Les deux conseillers en alimentation saine**, Benoît Rousse et Jean-Marie Dessard, continuent à répondre à vos demandes par téléphone, mail ou en vous rendant visite (coordonnées sur www.mangerbouger.be). Le **label mangerbouger** sera reconduit en 2009, il vous reste un an pour développer dans vos écoles des projets, en vous inspirant des critères du label 2008.

Sommaire

Page 1 – **Editorial** 2008 : une année de renforcement et d'innovation

Page 2 – **Les initiatives locales**

- Athénée Royal de Waismes: un point de vente de fruits frais autogéré !
- Ecole de Peu d'eau à Andenne : un potager expérimental et une cuisine didactique performante.

Page 3 – **On a besoin de vous pour trouver des solutions !**

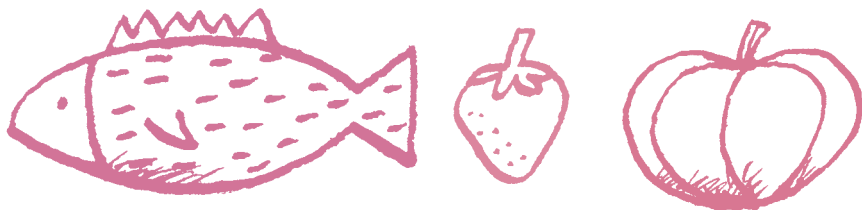
Faire maigrir nos poubelles pour la planète et pour nos porte-monnaies !

Page 4 – **Quoi de neuf du côté du Plan ?**

Un appel à projet visant la promotion de l'eau de distribution



Les initiatives locales



On fait entrer la vie dans l'école et l'école dans la vie

L'école de **Peu d'eau d'Andenne** est une école fondamentale spécialisée pour des enfants de type 1 et 2 en maternelle (arriération légère et profonde), 2 et 8 (troubles d'apprentissage) pour le primaire.

L'école est toute en couleurs et en panneaux didactiques portant sur les règles pour se comporter à table, mais aussi sur l'hygiène dentaire, la provenance des aliments, etc. Les repas chauds y sont plébiscités puisque plus de 50% des élèves les consomment. La cuisinière a peu à peu laissé tomber les sauces au profit des épices ; elle propose une plus large variété de féculents, mais aussi des mets peu usuels comme les crustacés ou le sirop d'érable ! L'accent est mis sur la présentation des assiettes. Ainsi, les repas de fêtes se composent à l'école d'un apéritif (non alcoolisé bien sûr), d'une entrée, du plat principal et d'un dessert. Avec les bénéfices engendrés par les repas, la cuisinière recevra un robot permettant entre autres des découpes plus attractives des légumes. Des petits-déjeuners du monde entier ont également été offerts par l'école et un grand repas annuel rassemble à la fin de l'année parents, enfants et l'équipe éducative.

L'école bénéficie également des services d'une puéricultrice chargée entre autres d'inculquer des notions d'hygiène au sens large. Lors de ma visite, elle montrait à un élève comment sécher la peau entre les orteils après la piscine. Quarante minutes plus tard, elle lisait à un groupe d'élèves une histoire sur les caries dentaires. Ainsi, tous les élèves de cette école savent qu'à chaque saison, on change de brosse à dents et ils le rappellent volontiers à leurs parents.

Les classes travaillent selon des thématiques toute l'année. J'ai relevé la classe des arts corporels, des artistes, des reporters mais aussi celle des cuisiniers. Une cuisine didactique y a été installée et dans le jardin, à l'arrière, un potager et un verger leur sont destinés. Une fois par mois, cette classe des cuisiniers réalise un repas diététique, de l'élaboration du menu à la vaisselle. Les enfants réalisent aussi des potages avec leurs récoltes, et lors de la cueillette des pommes, des jus, cake, compote, tarte, pomme au four. Parallèlement à la confection des plats, des visites sont organisées auprès des marchands, dans les fermes où les enfants peuvent appréhender le rapport qualité/prix des aliments, mais aussi la provenance de ceux-ci. Des photos fixent le vocabulaire et des panneaux reprennent les règles d'hygiène et de sécurité : se laver les mains, mettre un tablier, retenir ses cheveux, éviter les dangers potentiels d'une cuisinière au gaz, etc.

L'école ne néglige pas les bienfaits de l'exercice physique puisque les élèves bénéficient de 4 heures de sport par semaine : 2 heures de gym et 2 heures de natation. La piscine se trouve au bout de la cour de récréation ! De plus, des jeux et du matériel de sport sont mis à disposition des élèves pendant les récréations et pour « l'après 4 heures ».

Un point de vente de fruits à l'Athénée Royal de Waismes

Situé au-delà des Fagnes, près de Malmédy, ce superbe établissement d'enseignement secondaire présente la grande particularité d'avoir utilisé depuis cinq ans les NTPP (Nombre Total de Périodes Professeurs calculées sur base du nombre d'élèves) pour engager un licencié temps plein comme coordinateur « environnement santé ». Son occupation première est de remplacer les professeurs absents de la première à la sixième, du général au professionnel, pour donner des cours de promotion de la santé et d'environnement. Ainsi, pour remplacer un professeur absent un vendredi de 15 à 16h pour un groupe de garçons en électromécanique, le coordinateur fera un cross avec eux (il est au départ licencié en éducation physique et sportive), mais il abordera aussi la contraception, les troubles alimentaires, le développement durable...

À côté de cette mission de remplacement, le coordinateur initie des projets pour lesquels il trouve le financement à travers des partenariats et des appels à projets. Cela va de la création d'un cart-port, à une mare biologique, à l'installation de panneaux solaires en passant par un voyage pour un groupe d'élèves en Mauritanie.

La création d'un point quotidien de vente de fruits frais à 10 heures pour tous les élèves de l'école a d'ailleurs reçu le soutien de la Fondation Roi Baudouin dans le cadre de son appel à projet « Mieux manger à l'école ». Le point de vente est aménagé dans un abri de jardin « gagné » précédemment par les élèves de 6e, lors d'un concours santé. Ce point de vente est géré par les élèves. Aujourd'hui, plus de 100 fruits sont vendus par semaine, au prix de 25 cents : essentiellement des pommes, oranges, poires et bananes. Pour que les élèves ne transportent pas d'argent, un système de cartes prépayées de 10 fruits a été organisé.

Le projet a été lancé voici un an. Au départ, un courrier a été adressé aux parents. La lettre reprenait une information sur l'importance d'une alimentation saine et équilibrée, sur l'intérêt d'acheter des fruits de la région pour l'impact sur le développement durable. La réduction des déchets, puisque les fruits sont achetés en vrac, a été aussi abordée, ainsi que le poids des cartables allégés de la collation de 10 heures.

Bernard Warnant, le coordinateur « environnement santé », en a évidemment profité pour donner lors de ses remplacements un cours sur les bienfaits de l'alimentation saine et équilibrée.

Pour en savoir plus sur ce projet : info@arwaimes.be

On a besoin de vous pour trouver des solutions !



Faire maigrir nos poubelles pour la planète et pour nos porte-monnaies !

La gestion des déchets dans les écoles est toujours un point sensible, car les écoles produisent beaucoup de déchets. Moins on opère de tri pour s'en débarrasser, plus ils sont coûteux à enlever. Plus on opère de tri, plus cela demande du temps... du moins à court terme. Nous allons vous montrer dans l'article qui suit que ce deuxième choix est dans tous les cas un pari gagnant puisque qu'il apprend aux élèves l'importance de respecter l'environnement par l'exemple.

Tout d'abord qu'est-ce qu'un déchet ?

La définition de l'Europe est la suivante : « toute substance ou tout objet dont le détenteur se défait ou dont il a l'intention de se défaire ».

Comment s'en débarrasse-t-on ?

Ces mêmes définitions européennes ont hiérarchisé le traitement des déchets en 3 périodes :

- La première, c'est la **prévention** « le meilleur déchet est celui qui n'existe pas ». Pour éviter de produire le déchet : utiliser des bouteilles consignées, des sacs réutilisables, des boîtes réutilisables.
- La deuxième, c'est la **valorisation** des déchets en les recyclant. Par exemple pour les PMC (Plastique, Métaux, Canettes), papiers, pneus...
- Enfin l'**élimination**, par exemple via les incinérateurs, les décharges.

Avant les années nonante, le traitement des déchets ne se faisait que par l'élimination, ce qui engendrait beaucoup de pollution. Depuis, toute une politique s'est mis en place, régie par l'Europe, la Belgique, les Régions Wallonne et Bruxelloise, les Intercommunales et les Communes. Par la mise en place de collectes sélectives, par l'obligation de reprise, par la revalorisation des décharges et la filtration des fumées des incinérateurs.

Des partenaires qui peuvent vous soutenir dans votre plan de traitement des déchets

Le **Réseau Eco-consommation**. (<http://www.ecoconso.be>). Vous pouvez y trouver :

- Des animations sur tous les thèmes en éco-consommation.
- Des documents pour le grand public et -ou plus techniques (fiches de conseils ou de

préparation de cours).

- Des cahiers pédagogiques pour les élèves (fiches « prévention », affiches « eau », affiches « éco-consommation »).
- Mais aussi, vous pouvez accéder à une base de données fournitures vertes, qui vous permettra de trouver des fournitures de bureau durables, des fontaines à eau du robinet, des appareils économes en énergie, du papier recyclé, etc. (www.achatsverts.be).

Réseau idée (www.reseau-idee.be). Ce réseau d'information en éducation à l'environnement propose une base de données d'animations, des outils pédagogiques, mais aussi des animations et des formations.

Les **CRIE** (www.crie.be) sont 11 Centres Régionaux d'Initiation à l'Environnement en Belgique francophone, ils sont à l'origine de projets d'école, de la Fête de la pomme, de conférences, de balades contées, de formations.

Fost+ (www.forstplus.be) est spécialisé dans les informations sur le tri des déchets, le recyclage, les collectes sélectives. Cette association a développé à destination des écoles des poubelles, des conteneurs, mais aussi des animations, dossiers pédagogiques, affiches, vidéos que vous pouvez obtenir via votre intercommunale.

Quelle prévention pouvez-vous opérer à l'échelle de votre classe, de votre école ?

Nous avons listé quelques éléments qui paraîtront évidents pour certains, mais pour d'autres seront encore difficiles à atteindre.

Les fournitures scolaires :

- Remplacer par exemple les surligneurs plastiques par des crayons surligneurs en bois qui ne sècheront pas quand vous perdrez le capuchon.
- Inciter les élèves à réutiliser les classeurs en fournissant des boîtes à archives.
- Les livres de classe peuvent rester en classe et être réutilisés d'une année à l'autre.
- Participer à l'opération cartable (www.eco-liersdumonde.be) qui consiste à « Envoyez promener vos cartables...vers ceux qui n'en ont pas ».
- Prendre l'habitude de faire des photocopies

recto-verso.

- Gérer vos impressions de manière rationnelle et donc économe.
- Faire un usage immodéré de la communication informatique...

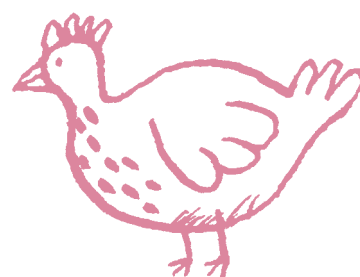
Le réemploi

Quels sont les avantages du réemploi ?

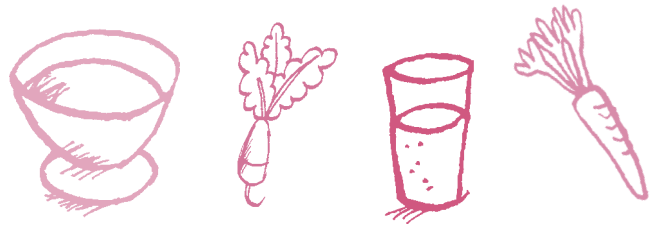
- Donner une seconde vie à des objets encore utilisables.
- Donner accès à des biens « bon marché », à des personnes à faible revenu.
- Économiser des matières premières et donc limiter la pression environnementale de la consommation.
- Donner accès à du travail dans les filières de collecte de tri, revalidation, réparation et revente.
- **Mais surtout sensibiliser la population à jeter moins !**

Un exemple ? **Les vêtements**. Les jeunes en sont de grands consommateurs. Incitez-les à acheter de seconde main et à donner leur surplus aux associations (www.solid-r.be). Pour sensibiliser vos élèves et vos collègues à cette démarche : le plus efficace est de leur faire visiter une association lors d'une journée portes ouvertes.

Si malgré tous ces conseils, vous sentiez qu'un appui extérieur vous serait utile, **l'asbl Coren** a développé un programme d'activités sur mesure avec des animateurs qui viennent vous rencontrer. Vous aurez le choix, selon vos besoins, entre un projet sur une année scolaire « Ecoles pour demain », des animations thématiques d'une demi-journée, des interventions lors de journées pédagogiques (une journée) ou bien encore l'assistance à des formations sur des thématiques environnementales d'une journée. Pour contacter l'asbl Coren : natachathevenod@coren.be ou faites le 02/640 53 23 (tél et fax).



Quoi de neuf du côté du Plan ?



Un appel à projet visant la promotion de l'eau de distribution

Ce n'est plus un secret pour personne que **l'eau de distribution est bonne à boire**. Sa potabilité est garantie par les compagnies distributrices d'eau qui sont tenues de fournir une eau respectant plus de 50 paramètres de qualité définis par la législation européenne et d'opérer des contrôles réguliers. Ce niveau d'exigence est même plus élevé que celui prévu pour l'eau en bouteilles.

Mises à part ses qualités indéniables pour la santé, il faut savoir que l'eau du robinet est 100 à 300 fois moins chère que l'eau en bouteille. L'eau est également la plus à même d'éteindre la soif, une évidence qu'il est parfois bon de rappeler, face à la concurrence des softs qui, acides et sucrés, n'apaisent pas la soif et attaquent l'émail des dents. C'est pourquoi la Communauté française a inscrit prioritairement dans son Plan la **promotion de boissons saines au sein de ses établissements scolaires**. Pour des raisons de santé (obésité, caries, etc.), pour diminuer la consommation de boissons sucrées à l'école, pour promouvoir l'eau de distribution, mais aussi pour sensibiliser les enfants à la question de l'environnement.

Un appel à projets a été adressé à tous les établissements scolaires et aux internats, tous niveaux, types d'enseignement et réseaux confondus. Il s'agira pour les postulants de présenter un projet répondant aux critères suivants :

- La mise en place d'une démarche progressive pour que l'eau soit la boisson principale proposée aux enfants à l'école.
- La modification progressive des pratiques en matière d'offre pour les « autres » boissons à l'école.
- L'inscription de l'accès à l'eau dans le ROI (règlement d'ordre intérieur) de l'école.
- Réserver des moments dans la journée pour hydrater les élèves du primaire.
- L'inscription de l'initiative dans le projet

d'établissement.

- Le nombre d'élèves concernés par cette mesure dans l'école.
- Le nombre de classes et les matières scolaires concernées par le projet au sein de l'école.
- Le partenariat avec les PMS, CPMS, PSE, CLPS ou tout autre association active dans cette matière.

Rassurez-vous, vous ne devez pas, pour participer à cet appel, répondre à l'ensemble de ces critères, mais évidemment tendre vers le plus grand nombre possible de ceux-ci.

Votre demande sera appréciée par un jury indépendant composé des différents acteurs de la promotion de l'eau de distribution, mais aussi de la santé, de l'environnement et de l'enseignement.

Une fois votre projet sélectionné, vous pourrez recevoir en fonction de votre budget et des disponibilités financières un soutien allant de 1 000 à 7 500 euros. Au total, une somme de 100 000 euros a été dégagée pour répondre à cet appel à projets en Communauté française. Au cours de la réalisation de votre projet, les deux conseillers en alimentation saine viendront vous rencontrer afin d'échanger et d'éventuellement vous conseiller.

Un guide de bonnes pratiques reposant sur les idées développées lors de cet appel à projet sera diffusé largement et l'ensemble des projets lauréats figurera sur www.mangerbouger.be. Vous trouverez également sur le site l'ensemble des documents détaillant cet appel à projets.



Pour vous soutenir dans cette promotion des collations saines :

La Fondation pour la Santé Dentaire composée de dentistes a lancé une vaste campagne depuis 2004, appelée « **Sourire pour Tous** ». Cette campagne cible tout particulièrement les enfants défavorisés. Les animateurs peuvent se rendre à la demande des enseignants dans les écoles en discrimination positive. Au départ de cette campagne, un constat : un gros effort avait été fait du côté du curatif puisque dorénavant la gratuité des soins était assurée jusqu'à 12 ans, mais du côté du préventif, rien n'était fait et pire encore, les distributeurs de boissons sucrées avaient envahi les écoles et étaient plus faciles d'accès pour les enfants que l'eau du robinet ! Mais pour l'ensemble des établissements scolaires et spécifiquement concernant l'eau (« l'eau comme boisson à l'école »), une brochure est téléchargeable sur le site <http://www.sourirepourtous.be>. Pour la recevoir en version papier, vous pouvez envoyer un fax, un courriel, ou une lettre à l'adresse suivante. Avenue De Fré 191 à 1180 Bruxelles. info@sourirepourtous.be Fax : 02 374 32 84.

D'autre part, une mallette pédagogique « Sourire pour tous » peut être obtenue en prêt dans les CLPS gratuitement (voir coordonnées des CLPS sur www.mangerbouger.be). Elle comprend : une maximâchoire, une maxibrosse, une dent géante en coupe, des instruments de dentiste (miroir à bouche, sonde, pince), des sets pour se lancer « dans un atelier de brossage », des cahiers pédagogiques (cassettes vidéos, DVD, marionnettes...).

Ce journal est édité dans le cadre de la Politique de promotion des attitudes saines sur les plans alimentaire et physique pour les enfants et adolescents. Une initiative de la Ministre-Présidente et Ministre de l'Enseignement obligatoire, de la Ministre de l'Enfance, de l'Aide à la jeunesse et de la Santé et du Ministre de la Fonction publique et des Sports.

Cette politique du Gouvernement constitue la contribution de la Communauté française au Plan National Nutrition Santé (PNNS) du Gouvernement fédéral.

« Manger Bouger.be Le Journal des écoles » est réalisé par le Service communautaire de promotion de la santé / Question Santé asbl, 72 rue du Viaduc, 1050 Bruxelles.

Tél : 02 512 41 74 – Fax : 02 512 54 36 / Courriel : info@mangerbouger.be / Site : www.mangerbouger.be / Secrétaire de rédaction : Bettina Cerisier / Maquette et illustrations : Quentin Van Gysel pour www.contrecourant.be. Les articles non signés sont de la rédaction. Les articles signés n'engagent que leur auteur.

