

Éditorial

La promotion d'une alimentation saine, cela sert à quelque chose !



mascotte qui a de l'influence sur les enfants. Ce que l'on apprend en classe est appliqué sur le temps de midi, les résultats sont là : 75 % des élèves prennent le repas chaud !

L'athénée royal « Robert Gruslin » allie le sport à l'alimentation. Associer ces deux dimensions semble habituellement assez difficile pour les écoles. Ici, c'est le sport qui a conditionné une alimentation riche en féculent, en eau, en fruits et légumes.

Manger dans le bruit

Manger dans un environnement bruyant est désagréable. On mange vite, sans mâcher, on a le ventre noué. Et bien pour les enfants, c'est pareil sauf que c'est tous les jours. Et après, vous vous demandez pourquoi ils sont nerveux ! Vous trouverez une foule de conseils accessibles et d'autres moins accessibles pour isoler du bruit votre classe, votre réfectoire.

L'article 42 du Pacte scolaire, vous connaissez ?

C'est celui qui interdit toute pratique commerciale dans l'école. Ah bon, pourtant dans

mon école, dans l'école de mes enfants... Pour savoir notamment auprès de qui déposer plainte et ce que l'on risque si on enfreint la loi : lisez l'article en page 4.

Examens et détente

La fin de l'année se termine, mais avant cela se profilent les examens de fin d'année. Pour savoir que préparer à manger à votre ado pour doper sa concentration, quels sont les rythmes de travail à acquérir et les clés du succès d'un « bon blocus », surfez sur www.mangerbouger.be/blog.

Et puis, les examens terminés, la Communauté française relance les guides sur l'alimentation et la sécurité alimentaire *manger bouger.be* *Et si on pensait...* Des informations pratiques sur l'alimentation, que vous animiez un camp scout, une plaine de vacances ou un stage d'été. Le guide est accompagné d'une grille d'auto-évaluation pour vous situer par rapport à l'alimentation, mais aussi d'une affiche reprenant les principaux conseils à suivre. Le guide et l'affiche sont téléchargeables sur le site www.mangerbouger.be et des exemplaires peuvent vous être envoyés gratuitement si vous adressez un courriel à marie.thys@cfwb.be.

Le nombre de projets « alimentation » et « exercice physique » dans les écoles augmente sensiblement. Ces projets ne sont plus, pour la plupart, le seul dada d'une enseignante, mais sont intégrés à un projet d'école, voire à un projet inter-écoles. Les actions sont cohérentes car elles partent de la classe pour arriver à l'assiette. Certes, il ne faut pas se reposer sur ses lauriers, on le sait ; les tentations sont nombreuses en-dehors de l'école, mais les effets se font sentir : bon nombre d'économistes s'aperçoivent que les ventes de raviols de frites baissent, que l'offre de fruits trouve preneurs et que les distributeurs d'eau se vident rapidement, preuve que tout le travail réalisé en amont n'a pas été vain.

Deux exemples de cohérence

L'école communale « La Colombe de la paix » à Etterbeek mène des actions pédagogiques transversales de la maternelle à la sixième primaire avec l'aide de « Vitamine », une

Sommaire

Page 1 – **Editorial** : La promotion d'une alimentation saine, cela sert à quelque chose !

Page 2 – Les initiatives locales

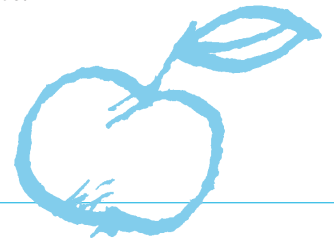
- Athénée Royal « Robert Gruslin » : cyclisme et sucres lents
- Ecole communale « La colombe de la paix » à Etterbeek : le directeur, un facilitateur d'apprentissage

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

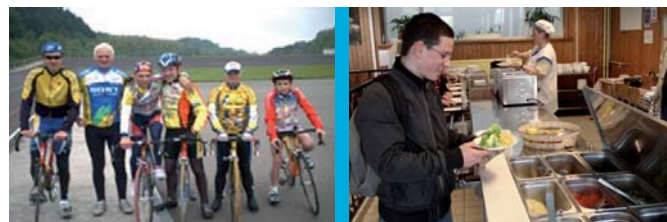
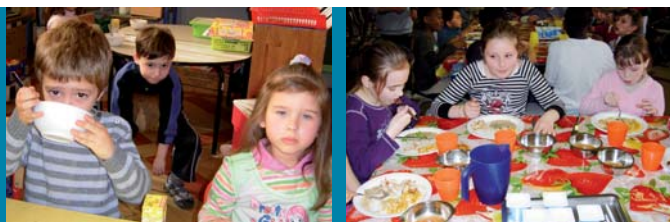
Si on jouait au roi du silence ?

Page 4 – Quoi de neuf du côté du Plan ?

Mise en place d'une Commission de contrôle (prévue par l'article 42 de la Loi du Pacte scolaire)



Les initiatives locales



Ecole communale « La colombe de la paix » à Etterbeek : le directeur, un facilitateur d'apprentissage.

Monsieur Procureur est directeur depuis 20 ans à l'école communale « La colombe de la paix » à Etterbeek. Les élèves, au nombre de trois cents cinquante, mangent majoritairement aux repas chauds (75%). Ce beau résultat est dû à une attention sans relâche du directeur. Il passe tous les jours à la cantine, y mange une fois par semaine, discute avec les enfants, avec les enseignants qui surveillent et avec le personnel qui sert les repas.

Le jour où nous l'avons interviewé, suite à une discussion avec une enseignante, il avait pris la décision de séparer les « 3^e maternelle » des primaires car cela occasionnait trop de bruit et les enfants étaient stressés pour manger. Dorénavant, les 3^e M mangent un quart d'heure plus tôt. C'est dans la même optique que les petits en classe d'accueil (2 ans et demi - trois ans) mangent tranquillement dans leur classe à l'abri du bruit, dans un contexte familial, ce que les parents apprécient grandement.

Ses maîtres mots : impliquer, responsabiliser le personnel et valoriser leur travail.

En début d'année, le directeur propose à ses enseignants un panel d'activités « alimentation » qui peut être exploité transversalement. Les instituteurs n'ont aucune obligation de s'inscrire à ces activités organisées à 100 % par le directeur : « ils ne doivent pas se préoccuper de l'intendance ». Le concept marche bien, puisque les enseignants ne se limitent pas au catalogue mais proposent d'autres activités comme d'offrir la soupe à 10 heures en lieu et place d'une collation sucrée. Une des activités plébiscitées par les enfants cette année, c'est la maison de Vitamine. Vitamine est le héros d'un pièce de théâtre offerte à tous les petits Etterbeekois, le spectacle met à l'honneur le bien manger et le bien bouger. Cette année, la petite souris Vitamine a pris ses quartiers d'hiver dans un magnifique chalet au fond du jardin de l'école. Par demi classe, les enfants vont lui rendre visite et discutent sciences, recettes de cuisine et chansons. D'autres animaux de la pièce de théâtre comme Panache l'écureuil se rendent dans les classes pour apporter des fruits secs. Cet hiver, Vitamine s'est cassé la clavicle ; le médecin et l'infirmière du centre de santé, ont montré des radios aux enfants en leur expliquant l'importance de boire des produits laitiers. Et puis, il y a Tante Jeanne, qui est très vieille et que les enfants invitent pour qu'elle leur fasse « une recette de son temps ». Un ami agriculteur vient parfois leur rendre visite pour leur montrer d'où viennent les produits qui se trouvent dans le frigo. **Et puis il y a les petits déjeuners Oxfam, les collations découvertes, les ateliers du goût ...**

La commune a opté pour une grande firme de catering pour fournir les repas scolaires. Cependant l'école « la Colombe de la paix » a la chance d'avoir le chef à demeure puisque c'est de cette école que sont confectionnés tous les repas pour les autres établissements scolaires. Et puis le réfectoire a subi quelques petits aménagements peu coûteux comme l'acquisition de toiles cirées très vives qui recouvrent les tables.

Athénée Royal « Robert Gruslin » : cyclisme et sucres lents

L'Athénée Royal « Robert Gruslin » a deux implantations, une à Rochefort et l'autre à Jemelle. Les deux domaines sont séparés par un somptueux vélodrome. L'occasion était trop belle pour cette école : elle s'est spécialisée en cyclisme ! Les internes peuvent bénéficier d'un entraînement après l'école ; l'heure d'étude pour les devoirs est alors repoussée après le souper. Le mercredi de 13h 30 à 18h, c'est la grande sortie. Quand il fait vraiment trop mauvais, ils s'entraînent en salle. Pour Alain Lesoir, administrateur, « *il ne s'agit pas d'en faire des champions, c'est une éducation à la vie, ils apprennent beaucoup. D'ailleurs, leurs résultats scolaires sont meilleurs* ».

Et pour offrir le meilleur des entraînements à ses internes, l'école a fait appel à Ferdinand Bracke. Ce coureur cycliste émérite, fut maintes fois médaillé d'or, de bronze et d'argent. Aujourd'hui à la retraite, ce grand sportif entraîne « ses » jeunes par tous les temps et 4 jours par semaine. Le terrain est propice : il y a du plat et du vallonné. L'internat est situé dans un domaine boisé de 15 hectares, avec un circuit fermé de VTT, une salle de musculation et une piste d'athlétisme.

Le mercredi après-midi, jour faste pour le cyclisme, il n'est pas rare que les internes fassent 70 km en vélo suivi par l'ancien coureur en véhicule suiveur, celui-ci étant empli de casse-croûtes aux sucres lents et de boissons énergisantes.

C'est un peu grâce à Ferdinand Bracke que l'école a revu ses menus au réfectoire. Les sportifs ont besoin d'une alimentation complète, riche en sucres lents pour éviter les coups de barre et distiller l'énergie tout au long de l'effort. Les menus ont alors été revus par une diététicienne et un nutritionniste. Les repas sont en self-service, y compris le petit-déjeuner, et sont disponibles pour les internes mais également pour les externes. Outre des céréales complètes, le buffet du petit-déjeuner propose un large choix de fruits, de lait et de yaourt. À midi, 2 choix de menu sont proposés ainsi qu'un « salad-bar » qui offre neuf légumes différents avec un choix de trois assaisonnements allégés. Le chef propose, parmi ce vaste choix, un légume plus insolite comme le fenouil ou l'artichaut pour ouvrir la palette gustative des étudiants.

L'implantation de Jemelle a la chance d'être bâtie sur une nappe phréatique qui offre une eau incomparable : les distributeurs d'eau sont directement raccordés à cette nappe. Petit plus, le distributeur transforme l'eau de distribution en eau pétillante ! Pour toutes ces améliorations alimentaires et sportives, l'école a obtenu le label manger bouger et le chef a suivi les formations de cantines de qualité organisées par la Communauté française !

Vous trouverez sur le site www.mangerbouger.be des articles plus développés concernant ces initiatives ainsi qu'un plus grand choix de photos.

On a besoin de vous pour trouver des solutions !



Si on jouait au roi du silence ?

Le premier qui parle a un gage, c'est vrai que le silence, même pour quelques minutes seulement, cela repose ! Le bruit est omniprésent dans les écoles. Dans la cour de récréation, sous le préau, au réfectoire, dans les classes, les couloirs. Faut-il s'en débarrasser ? Et si oui, comment faire pour s'en débarrasser ?

Pas complètement bien sûr ! Une école sans bruit serait un endroit sans vie mais atténuer le bruit serait salvateur pour l'apprentissage des élèves.

Pourquoi le bruit est-il une véritable nuisance ?

Car le corps interprète le bruit comme le signal d'un danger : le cœur bat plus vite, la tension augmente, la digestion est ralentie, le stress est plus important. Conséquence, les enfants sont plus agressifs, ils écoutent moins bien donc, comprennent moins bien. Résultat : les apprentissages en pâtissent. D'autant qu'être exposé au bruit la journée, altère la qualité du sommeil la nuit.

Mais comment faire pour s'en débarrasser ?

Deux solutions viennent immédiatement à l'esprit : insonoriser et faire moins de bruit.

Insonoriser

Pour isoler les établissements scolaires, il existe évidemment plusieurs réalités.

1. Quand on construit une école en 2008, on intègre l'insonorisation des bâtiments dans la construction de ceux-ci. Comme au « Val fleuri » par exemple. « *Tous les locaux sont pourvus d'une chape flottante sur matelas acoustique qui évite la transmission des bruits d'impact aux locaux avoisinants. Les faux plafonds en plâtre perforé des classes, des salles d'activités et des réfectoires garantissent le meilleur confort acoustique.* »

2. Quand il s'agit d'insonoriser un établissement existant, il existe des mesures d'insonorisation qui peuvent être prises par un P.O, par le fonds des bâtiments scolaires de la Communauté française ou par une administration communale.

Examinons le cas de Saint-Gilles.

Suite à l'avis remis par le médecin coordinateur du service de promotion de la santé à l'école et aux demandes individuelles de chaque direction d'école, les 6 écoles pri-

maires et maternelles de la commune ont reçu pour les réfectoires des tables « anti-bruits » et les plafonds et murs des cantines ont été équipés de matériel isolant. Certaines écoles classées avec un haut plafond à voussettes ont été équipées de boudins blancs suspendus à des câbles, d'autres écoles plus modernes et donc plus basses de plafond, ont été équipées de panneaux à coller sur des cadres et ont été ensuite enduits de peinture anti-feu. Suite à un appel d'offre, la compagnie choisie a réalisé un bilan en termes de décibels et a proposé l'équipement le plus efficace par type de bâtiments. Le résultat est étonnant : il est enfin agréable de manger dans ces cantines où les bruits sont assourdis, plus feutrés. Les enfants sont maintenant habitués mais au début de l'installation, ils en parlaient beaucoup et positivement. Cette insonorisation est malheureusement coûteuse. Pour insonoriser les réfectoires de la commune, il a fallu plus ou moins 90 000 euros.

Faire moins de bruit

Pour faire moins de bruit, le maître-mot est d'intégrer cette lutte contre le bruit d'une manière transversale dans les apprentissages de l'élève. Cela ne doit pas être quelque chose à faire en plus en classe. Au contraire, pour travailler sur le bruit, on va résoudre des problèmes, mesurer les espaces mais aussi lire, écrire, écouter. On va aussi développer des compétences relationnelles et instrumentales comme prendre la parole en public pour exposer son projet de classe, coopérer avec d'autres classes, travailler en équipe etc.

Décibelle et Grosboucan, un guide pédagogique réalisé par Bruxelles environnement – IBGE est téléchargeable gratuitement sur la toile, il vous donne des fiches pédagogiques à exploiter en classe.

Quelques trucs « gratuits » pour diminuer le bruit dans votre école ?

A la cantine

- Multiplier le nombre de services pour diminuer le nombre d'enfants présents au même moment au réfectoire.
- Un petit se fait parrainer par un plus grand, au dîner ils mangent ensemble.
- Installer des toiles cirées sur les tables, les enfants mesurent les tables, calcule le

nombre de mètres nécessaires pour les recouvrir.

- Récouter les balles de tennis pour en habiller les pieds de chaises, en écrivant aux clubs sportifs, en réalisant des affiches à destination des parents pour la collecte.
- Décorer des sets de tables, que l'on plastifie ensuite.
- Organiser une récréation de 10 minutes avant de passer à table, les enfants se sont défoulés, ils seront plus calmes à table.
- Si possible, organiser un self-service, ce type d'organisation diminue le bruit.
- Si l'espace le permet, installer des petites tables de 6 à 8 convives et compartimenter l'espace par des panneaux de bois ou des bacs de plantes.

Dans les couloirs

De l'huile et des feutres,

- Pour les élèves de degré moyen et supérieur, faites l'inspection des portes qui grinent et qui claquent, montrez-leur ce qu'est une charnière et où placer les feutres à l'intérieur du chambranle pour atténuer le bruit des portes que l'on ferme.

Pour les classes qui résonnent

- Cela demande un peu de travail et quelques parents ou amis bricoleurs : installez des câbles d'un mur à l'autre de la classe, récoltez de vieux parapluies et suspendez-les tissant en bas. Vous obtenez un faux plafond à un prix défiant toute concurrence. Vous pouvez même y accrocher les travaux d'élèves, référentiels ou décorations.
- Récoltez des cartons d'œufs, qui sont un excellent absorbeur de bruit, collez-les les uns à côté des autres sur le mur et recouvrez-les de peinture anti-feu.

Si vous voulez en savoir plus sur le sujet, le chapitre des ressources de *Décibelle et Grosboucan* vous donnera quantité de références utiles à la poursuite d'un projet anti-bruit. <http://www.ibgebim.be>



Quoi de neuf du côté du Plan ?



Mise en place d'une Commission de contrôle (prévue par l'article 42 de la Loi du Pacte scolaire)

Pour rappel, l'article 41 du Pacte scolaire prévoit que : « Toute activité et propagande politique ainsi que toute activité commerciale sont interdites dans les établissements organisés par les personnes publiques et dans les établissements d'enseignement libre subventionnés. »

L'article 42 de cette même loi prévoit la création d'une Commission chargée d'examiner les infractions aux dispositions de l'article 41 et de proposer les mesures ou sanctions à prendre. Le fonctionnement de la Commission est effectif depuis juin 2007 et ses débuts sont prometteurs, selon son secrétaire, Monsieur Jean-Michel CRABBÉ.

Mais concrètement, comment faire pour déposer une plainte, qui peut le faire, quand a-t-on une réponse, qui va juger du « cas » et que risque-t-on ?

Comment faire pour déposer une plainte ?

Il s'agit en l'occurrence d'une requête qui peut être envoyée par courrier à la Présidente de la Commission, Madame Lise-Anne HANSE, Directrice générale de l'Enseignement obligatoire, ou à Jean-Michel CRABBÉ, Secrétaire de la Commission créée à l'article 42 du Pacte scolaire, 1, rue A. Lavallée à 1080 Bruxelles. Comme l'article 42 spécifie qu'il s'agit d'une requête relative aux infractions à l'article 41, si vous souhaitez des éclaircissements, vous pouvez lui téléphoner au 02/ 690 84 48, lui envoyer un fax au 02/600 03 04 ou lui envoyer un courriel (jean-michel.crabbe@cfwb.be).

Qui peut déposer une plainte ?

Il existe plusieurs cas de figure :

- Soit le Gouvernement par exemple, par l'entremise du **Ministre** en charge de l'enseignement.
- Soit un **chef d'école** quand l'enseignement est organisé par le réseau d'enseignement de la Communauté française, soit un pouvoir

organisateur ou son délégué quand l'enseignement est subventionné par la Communauté française. Dans ces deux cas, la plainte doit d'abord être examinée par le Conseil de Participation et la Commission doit en recevoir le procès-verbal.

- Soit une **association de parents**.
- Soit un **syndicat** représentant le personnel de l'enseignement.
- Soit un représentant de l'un des trois **réseaux** d'enseignement.
- Soit une association de défense **des consommateurs**.

- **La Commission peut se saisir elle-même de faits portés à sa connaissance.** Ce dernier cas est intéressant car il ouvre la porte à des requêtes de citoyens, à des articles dans la presse qui relatent des faits qui paraissent contraires aux dispositions de l'article 41.

Quand a-t-on une réponse ?

Cette réponse est en réalité un avis rendu au Gouvernement de la Communauté française. La Commission est tenue de rendre son avis dans le mois qui suit la clôture de l'instruction du dossier et elle le communique au Gouvernement de la Communauté française. C'est lui qui statue. Le Gouvernement peut déléguer cette compétence au ministre compétent. Le texte n'a pas prévu de délai dans lequel le Gouvernement prend une décision. Dans la mesure où l'objet de la requête peut être lié au bien-être des enfants, on peut espérer que les délais seront réduits au maximum.

Qui va analyser la requête ?

La Commission est composée de représentants de l'administration (les services du Gouvernement), de représentants des différents réseaux d'enseignement, d'inspecteurs scolaires, de représentants des syndicats et des fédérations d'associations de parents.

Quand une requête concerne les pratiques commerciales, un représentant des consommateurs participe à la réunion (par exemple : le CRIOC). D'autres spécialistes peuvent être invités en tant que techniciens, sans voix délibérative. La Commission est présidée par Madame Hanse, Directrice générale de l'enseignement obligatoire.

Chaque requête fait l'objet d'un travail d'investigation. Les différents protagonistes peuvent être entendus. Quand l'affaire est suffisamment instruite, les membres de la commission rendent un avis. Chaque membre a un suppléant. Leur mandat est renouvelé tous les 5 ans.

En cas d'infraction à l'article 41, que risque-t-on ?

- Le Gouvernement peut prendre des mesures disciplinaires, quand l'enseignement est organisé par la Communauté française. Par exemple, il existe une échelle de mesures allant de la réprimande à la révocation.
- Dans l'enseignement subventionné, le Gouvernement avertit les pouvoirs organisateurs concernés, et, le cas échéant, s'ils ne se conforment pas aux décisions prises, ils risquent de perdre jusqu'à 5 pour cent des subventions accordées à l'établissement rebelle.
- Pour être complet, la décision prise par le Gouvernement ne connaît pas d'autre recours administratif qu'un recours au Conseil d'Etat. La Commission se réunit depuis juin 2007. Elle a à ce jour examiné 13 requêtes au cours de quatre séances. Quelques exemples de requête : un jeu d'exercice physique offert aux écoles par Mac Donald, une affiche où se côtoyaient des logos de la Communauté française et de sponsors privés...

Gageons que cet article donnera dans les mois qui viennent davantage de travail à ses membres.

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 du Ministre-Président et du 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.

