

Éditorial Un printemps plein de saveurs !



repose sur une journée événementielle, le deuxième existe depuis dix ans.

La Ville de Bruxelles offre souvent des journées sportives à ses élèves dans le prestigieux Stade Roi Baudouin, mais elle a décidé lors de sa dernière édition d'allier le sport à la santé. Ponctuant les épreuves traditionnelles, la *Fondation pour la Santé Dentaire*, le service *PSE* et les *Cuisines Bruxelloises* ont, elles aussi, imaginé des épreuves « santé ».

La commune d'Ottignies-Louvain-La-Neuve a entrepris dès 1996 une réflexion sur le contenu de l'assiette des élèves. Réflexion qu'elle a poussé très loin, puisqu'elle en est au stade de l'introduction de produits bios dans les menus. A découvrir en page 2.

Les chefs-coqs ont fait leur entrée en force dans les cantines et dans les classes du primaire. Sélectionnés sur base de leur motivation, de leur générosité à faire partager leur passion, vingt restaurateurs renommés passeront une après-midi dans une cuisine scolaire. Ils y prépareront un plat et un dessert avec des cuisiniers de cantines, pour un coût de 3 euros.

Les enfants ne seront pas en reste puisque les restaurateurs animeront pendant 2 heures un atelier basé sur la découverte des goûts des aliments en collaboration avec un enseignant.

Label mangerbouger

Pour récompenser les écoles qui gèrent un projet « alimentation » et stimuler les autres, un logo mangerbouger viendra « labelliser » les établissements scolaires. Si vous menez des actions pédagogiques et si vous tentez d'améliorer la qualité et la diversité de l'offre alimentaire et sportive dans votre école, déposez votre candidature. Vous pouvez découvrir sur cette page le logo qui vous attend peut-être.

Des cantines de qualité

Améliorer le contenu de l'assiette : facile à dire mais ardu à entreprendre. Pour vous y aider, la Communauté française lance un projet « cantines de qualité ». Il s'agira de vous aider à introduire progressivement des produits de qualité dans l'assiette « scolaire ». Vous serez aidés dans vos efforts par l'asbl *Bioforum*

Wallonie, chargée, d'accompagner les établissements qui le souhaitent en leur offrant : une analyse des menus existants, de nouveaux menus, des formations et, in fine, un réseau qui pourra soutenir les établissements qui le souhaitent.

Du côté des initiatives locales, nous présentons des projets très différents : le premier

Si malgré la carte proposée vous restez sur votre faim, nous vous proposons d'aller découvrir Tom et Babette. Une exposition réalisée, dans le cadre du Plan Attitudes Saines, à l'initiative de la Ministre de l'Enfance, de l'Aide à la jeunesse et de la Santé. Cette exposition de 200 m² reprend chaque strate de la pyramide alimentaire et développe des activités sollicitant les cinq sens. Le but étant d'élargir la palette de goût des enfants afin que leur alimentation soit la plus équilibrée possible. Vous trouverez les dates et lieux de passage de l'exposition sur mangerbouger.be. (profils enseignants, parents et enfants, avec présentation des carnets pédagogiques respectifs !)

Sommaire

Page 1 – **Éditorial** : Un printemps plein de saveurs

Page 2 – **Les initiatives locales** :

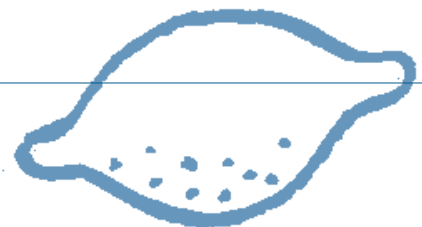
- Ottignies-Louvain-La-Neuve : des bons grammages aux produits bios !
- Sportez-vous bien une fois... Une initiative de la Ville de Bruxelles

Page 3 – **Quoi de neuf du côté du Plan ?**

Les ateliers du goût et des saveurs et le label « mangerbouger »

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

Cantines de qualité



Les initiatives locales



Ottignies-Louvain-La-Neuve : des bons grammages aux produits bios !

En 10 ans, la commune d'Ottignies-Louvain-la Neuve a entamé un long travail d'amélioration de la qualité du contenu de l'assiette servie dans le réseau communal de l'entité, en partenariat par des diététiciennes et des collectivités. L'objectif est atteint aujourd'hui, sans augmenter le coût des repas, grâce à la société TCO. La qualité des ingrédients et les proportions sont améliorées (moins de viande, plus de légumes et de féculents) et les grammages sont adaptés à l'âge des enfants. Un troisième cycle est en cours pour introduire des produits biologiques avec Bioforum Wallonie, tout en rationalisant les coûts.

Pourquoi avoir entamé ce projet ?

À l'entame du projet, les plats commandés chez un traiteur de collectivité arrivent chauds et prêts à être consommés dans les écoles. Les quantités sont suffisantes, mais la qualité laisse à désirer. L'échevin de l'instruction publique, M. Benthuyts et le coordinateur pédagogique, M. Buelens changent de traiteur et incluent dans le contrat du suivant l'installation de cuisine de finition dans tous les établissements scolaires de la commune.

En 10 ans...

La première étape démarre en 1996, avec la signature d'un nouveau cahier des charges de 6 ans, avec un nouveau traiteur de collectivités. Les cuisines de finition sont une réalité. La sécurité alimentaire est assurée et la qualité des repas s'améliore, mais sans exigences diététiques particulières. En 2002, la société TCO hérite du contrat. L'échevin de l'instruction publique et le coordinateur pédagogique réclament l'amélioration de la qualité nutritionnelle des repas et la formation du personnel de cuisine et des auxiliaires, par les prestataires de services. Une diététicienne est engagée partiellement par la commune afin d'assurer l'évaluation du projet. Celle-ci a établi un cahier des charges diététique. Il comprend 4 piliers :

- > Des ingrédients de qualité : labellisés, de préférence biologique, avec contrôle rigoureux des fournisseurs
- > Un meilleur équilibre nutritionnel (moins de protéines et de sel, plus de légumes, de fruits et féculents) et un calibrage des grammages adaptés à l'âge. Les enfants ne peuvent pas se resservir de viande, mais à volonté de légumes et de féculents
- > Un encadrement du personnel du prestataire de services par l'intermédiaire de formations et de fiches techniques
- > La sécurité alimentaire au travers de contrôles bactériologiques réguliers par des prestataires indépendants

L'avenir...

Des commissions repas ont lieu chaque mois avec l'ensemble des acteurs, afin d'évaluer le bon déroulement du projet. Les prochaines étapes consistent à poursuivre la démarche bio et entamer une transformation des cantines en... restaurants scolaires

Sportez-vous bien une fois...

Des activités sportives à destination des classes de 6^e primaire ont été souvent organisées à la ville de Bruxelles. Mais on n'avait encore jamais lié le sport à la santé de manière directe et concrète. C'était la première édition de « Sportez-vous bien une fois ». L'objectif poursuivi étant de rendre concrets pour les enfants les effets d'une bonne condition physique.

Du sport au stade Roi Baudouin

Dans le cadre prestigieux du stade Roi Baudouin, des classes de sixième année de 14 écoles, soit un total de 900 élèves, ont été invitées à cet événement. Les directions d'écoles, enseignants et parents avaient été prévenus auparavant par courrier et l'on avait expressément demandé aux parents de jouer le jeu en garnissant la boîte à tartines de produits sains et équilibrés.

Un village santé

En sus des épreuves sportives, plusieurs stands consacrés à la santé attendaient les élèves.

La Fondation pour la Santé Dentaire avait pour but de montrer l'importance du brossage de dent. Les élèves avaient leurs dents enduites de révélateur de plaque. En passant ensuite dans un discodent (tunnel avec stroboscope, miroir et musique dansante), les jeunes découvraient des dents, pour la plupart très fluorescentes ! Au sortir du tunnel, on leur offrait une brosse à dents et un évier. Après 3 minutes de brossage, les jeunes s'offraient alors un deuxième passage dans le discodent avec, cette fois-ci, plus de 90 % de dents propres.

Le stand PSE était décoré par les affiches et cartes postales de la campagne de la Communauté française mangerbouger.be. Il offrait à chaque enfant la possibilité de se mesurer et ensuite de repérer sur la courbe de croissance son poids idéal. L'occasion pour les infirmières et médecins de répondre à toutes les questions ?

Les cuisines bruxelloises présentaient un atelier du goût : on proposait aux enfants de savourer quelques aliments, de ressentir les sensations que ces aliments procuraient au niveau des papilles : sucré, salé, amer, doux-amer, acide ?

Un sac santé

Chaque enseignant est reparti avec un sac santé comprenant différents outils pédagogiques et autres : un coupe-pomme offert par la Fondation pour chaque élève, une pyramide alimentaire, un jeu « questions réponses » « Croque la pyramide », des dépliants informatifs et des outils ludiques de la campagne mangerbouger.be (magnet, quiz, cartes postales et affiches). De quoi prolonger en classe les thèmes amorcés par la journée...

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

Quoi de neuf du côté du Plan ?



Les ateliers du goût et des saveurs et le label « mangerbouger »

Le Gouvernement de la Communauté française a décidé de mettre en place un projet pilote de collaboration avec des professionnels de la restauration. Ce projet se déclinera en **40 « ateliers cuisine »** destinés aux cuisiniers des cantines et en **240 « ateliers du goût »** destinés aux élèves de l'enseignement primaire. Ce projet est dévolu à l'ensemble des réseaux de l'Enseignement en Communauté française.

40 « ateliers cuisine » de février à décembre 2007

Vingt restaurateurs renommés vont se retrouver derrière les fourneaux en compagnie des responsables des cantines. Lors de ces ateliers, d'une durée de 4 heures, le restaurateur fait réaliser un menu (plat et dessert) aux cuisiniers des cantines, avec les ingrédients usuels de la restauration scolaire et pour un prix moyen de 3 euros. Une séance de questions clôture l'atelier. Un cahier de recettes, conçu avec les restaurateurs, est remis aux cuisiniers des cantines. Par la suite, le restaurateur est invité à parrainer au moins une cantine.

Ces ateliers ont pour objectifs de :

- > Proposer des recettes alliant équilibre nutritionnel, goût et saveurs.
- > Améliorer la présentation des plats.
- > Faire découvrir des cuisines de tous types mais aussi d'autres pays.
- > Faire connaître des techniques de cuissons (vapeur, cuisson lente, etc.).
- > Faire découvrir de nouveaux produits (manioc, etc.).
- > Proposer des sauces différentes plus « modernes » (sauces yaourt, etc.).

Pour toute demande d'informations, veuillez vous adresser à **Monsieur Benoît Rousseau au 0497 54 22 61**.

240 « ateliers du goût » de février à décembre 2007

Les mêmes grands chefs vont rentrer dans les classes pour un atelier de 2 heures. Là, le restaurateur travaillera avec les enfants en leur faisant sentir, goûter ou encore dessiner les produits. En fin d'atelier, un assortiment des aliments accompagné, d'une recette simple à reproduire, sera remis aux élèves pour que ces derniers puissent continuer la réflexion en classe ou encore à la maison.

Ces ateliers ont pour objectifs de :

- > Initier les enfants au goût et aux saveurs en vue de mettre en évidence la notion de plaisir dans l'acte de manger.
- > Faire connaître l'histoire et la provenance géographique des aliments.

> Sensibiliser les enfants à l'acte de se nourrir en rapport avec la santé.

Pour toute demande d'informations, veuillez vous adresser à **Monsieur Jean-Marie Dessard au 0477 57 70 88**.

Pour vous inscrire à ces différents ateliers, rendez vous sur *mangerbouger.be* où vous trouverez, en page d'accueil dans la rubrique « actualités », les formulaires d'inscription ainsi que les dates et lieux des prochains ateliers.

Label « mangerbouger »

Un label « mangerbouger » sera accordé aux écoles primaires et secondaires, tous réseaux confondus, qui ont mis ou vont mettre en œuvre un projet « attitudes saines ». Ce projet devra être intégré au projet d'établissement et prendra en compte à la fois les actions éducatives menées et la qualité et la diversité de l'offre alimentaire et sportive mises à la disposition des élèves.

Critères d'attribution

Pour attribuer le label « mangerbouger », la commission d'attribution se basera sur différents critères regroupés en trois axes complémentaires, dans lesquels les volets « manger » et « bouger » sont systématiquement déclinés.

1. **L'offre** (offre alimentaire dans le cadre de la cantine, l'accès à l'eau, l'offre de fruits et de légumes, les alternatives aux en-cas sucrés et gras, et aux sodas).
2. **Les aspects méthodologiques, pédagogiques et éducatifs** (projet d'établissement, partenariats, implication des élèves, implication des parents, travail éducatif sur les attitudes saines, réflexion sur la publicité, le marketing et la vente).
3. **Le cadre et l'environnement** (lieu et cadre des repas, respect de l'hygiène, cadre du point d'eau, réflexion sur le développement durable et les choix de consommation).

Pour recevoir le label, le projet d'un établissement scolaire ne devra bien évidemment pas répondre à tous ces critères. Toutefois 2 critères seront considérés comme prioritaires : le critère relatif au projet d'établissement et celui concernant la collaboration avec les centres PMS et/ou les services PSE.

Procédure à suivre

Les chefs d'établissements pourront introduire leur demande d'attribution à l'aide d'un formulaire (téléchargeable sur le site *mangerbouger.be*). Ce formulaire devra être envoyé à l'Administration de l'enseignement **avant le 30 avril**. A partir du mois d'octobre, deux conseillers en alimentation iront visiter les établissements qui auront déposé un dossier « label ». Suite à ces visites, la commission d'attribution sélectionnera les établissements lauréats. Les résultats seront envoyés par courrier en novembre. Les écoles labellisées ou non recevront une série de suggestions en matière d'attitudes saines. Les labels seront remis lors d'une cérémonie officielle en décembre. Ils seront valables 1 an et renouvelables lors du prochain appel à candidatures.

Les projets retenus seront repris sur le site *mangerbouger.be* afin de diffuser et de systématiser ces bonnes pratiques.



Quoi de neuf du côté du Plan ?



Cantines de qualité

Ce projet « collectivité scolaires de qualité » constitue la troisième étape du programme d'actions relatif aux restaurants scolaires, qui en comprend quatre :

1. Formations continuées du personnel de cuisine (journal des écoles n°2).
2. Organisation de 40 « ateliers cuisine » et de 240 « ateliers du goût ». Projet pilote de collaboration avec des professionnels de la restauration (voir page 3).
3. **Projet de « collectivités scolaires de qualité » - ASBL Bioforum Wallonie.**
4. Labellisation des écoles (voir page 3).

Les cuisines collectives désireuses d'améliorer leurs pratiques ne disposent pas toujours des outils adéquats pour le faire. C'est pourquoi un **projet pilote** d'une durée de deux ans a été conçu. Le projet vise à accompagner entre 80 et 100 collectivités scolaires dans la mise en place concrète d'un projet d'amélioration de la qualité des repas distribués dans les milieux collectifs. La méthode employée est celle des petits pas : on introduit progressivement des produits de qualité dans le respect des contraintes nutritionnelles et de santé.

Ce projet est destiné à tous les types de collectivités :

- > Les cuisines autogérées par l'école avec chef de cuisine interne.
- > Les cuisines concédées à un groupe (Sodexo, Compass, etc.).
- > Les cuisines avec traiteur en autogestion (traiteurs locaux avec délivrance des plats en liaison froide ou chaude).

Fort de son expérience, l'**asbl Bioforum** a été chargée de mettre en oeuvre le projet. Elle a élaboré une méthodologie novatrice basée sur un ensemble d'outils (base de données des fournisseurs, modèles alimentaires, exemples de menus, fiches de

recettes, journées « formation/actions », etc.). L'année dernière, cette méthodologie a d'ailleurs été expérimentée dans deux écoles pilotes (Ecole Sacré-Cœur à Charleroi et Cuisine centrale à Ottignies-Louvain-La-Neuve) lesquelles ont évalué positivement le projet et le poursuivent en 2006-2007.

Le but est d'avoir, à court terme, un réseau diversifié, de par leur nature et projets alimentaires, de 80 à 100 collectivités qui serviront de modèles à l'ensemble des établissements scolaires en Communauté française. L'effet « boule-de-neige » est recherché. Un « guide pratique » sera mis à disposition qui reprendra les éléments indispensables à toute collectivité pour « sauter le pas » en parfaite autonomie, avec l'aide ponctuelle de Bioforum Wallonie dans un premier temps (durant les deux premières années), et ensuite via les conseillers en alimentation de la Communauté française.

Bioforum fournit un **accompagnement** aux écoles, basé sur les principes suivants :

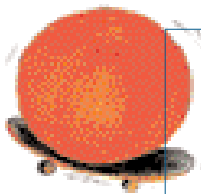
- > La démarche proposée aux écoles est progressive.
- > La démarche tient compte des contraintes budgétaires.
- > La démarche tient compte des contraintes pratiques (matériel de cuisine et personnel).

Les étapes du travail mené avec les écoles sont les suivantes :

- > Journées de formation visant la méthodologie.
- > Analyse des menus existants et élaboration de nouveaux menus.
- > Définition du projet alimentaire grâce à des réunions avec les cuisiniers, les gestionnaires des cantines, les parents et les enseignants.
- > Mise en place d'un réseau des collectivités pilote.
- > Évaluation.

Quels sont les résultats concrets attendus ?

- > Élaboration de nouveaux menus et de fiches techniques qui soient économiquement viables, sains et équilibrés.
- > Adaptation et développement des exemples de menus alimentaires existants avec développement de 2 thématiques principales (les plats chauds et la petite restauration) et de 5 thématiques complémentaires (les petits-déjeuners, les pique-niques, les collations, les points de vente et les distributeurs).
- > La mise en place pour mars 2008 d'un réseau de collectivités pilotes.
- > La réalisation pour mars 2009 d'une charte et d'un guide pratique incitant les collectivités à se lancer dans un projet alimentaire « durable » et « participatif ».



Participez au projet « cantines de qualité »

Si vous souhaitez faire bénéficier votre établissement de l'accompagnement par l'asbl Bioforum Wallonie en participant au projet « cantines de qualité », nous vous invitons à remplir et à signer le formulaire ad hoc et le à renvoyer au plus tard le 30 mars à Benoît Rousse, conseiller en alimentation de la Communauté française, DG Enseignement obligatoire, rue Lavallée, 1 à 1080 Bruxelles. Vous trouverez le formulaire ainsi que la circulaire sur mangerbouger.be. Pour toute question relative à ce projet, veuillez contacter Benoît Rousse au 0497 54 22 61.

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 et de la promotion sociale 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.

