



Comportements Alimentaires des Adolescents Le Pari de la Santé !



MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION NATIONALE,
DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR
ET DE LA RECHERCHE



Comité de pilotage 2014

Jeudi 16 octobre 2014

Rectorat – Salle Leclerc

CAAPS, un projet porté par le rectorat de l'académie de Strasbourg

I - Présentation du projet

II - Activités du projet

III - Dispositif financier

IV - Perspectives

I - Présentation du projet



Objectif général

- Contribuer à la diminution de la prévalence du surpoids et de l'obésité chez les enfants et les adolescents en Alsace
- Développer en milieu scolaire une démarche de promotion de la santé en matière d'alimentation et d'activité physique

Ressources humaines

Comité technique

Pilotes:

- ❑ Dr Pascale Legrand, médecin conseiller technique du recteur
- ❑ Daniel Gering, infirmier conseiller technique du recteur

Equipe de coordination:

- ❑ Fedoua Salim, diététicienne
- ❑ Valérie Klauss, diététicienne
- ❑ Khaly Ciss, infirmier

Ressources humaines

Equipes éducatives

- Des écoles (1er degré) :
 - Directeurs
 - Professeurs des écoles
 - Santé scolaire
 - Coordinateurs réseau...

- Des établissements publics locaux d'enseignements (2nd degré) :
 - Direction
 - Vie scolaire
 - Enseignants
 - Santé scolaire
 - Gestion...

Equipe de suivi et de contrôle financier

- Rodolphe Echard, Directeur du groupement d'intérêt public Alsace, formation continue et insertion professionnelle
- Aurore Dussourd, agent comptable
- Gestionnaires du GIP



Partenaires financiers



d'assurance maladie
Alsace Moselle



Bien manger
c'est l'affaire de tous!
Programme National pour l'Alimentation
alimentation.gouv.fr



Partenaires opérationnels et méthodologiques



Établissements et circonscriptions prioritaires

- Sur les **68** écoles rattachées aux CESC en réseaux interdegrés expérimentateurs, **40** se sont inscrites aux activités du projet
- Les **13 circonscriptions** de l'éducation nationale ciblées (Colmar, Mulhouse, Saint Louis, Strasbourg) ont été touchées par les activités du projet

II- Activités du projet



Les activités du projet

- Soutien des équipes éducatives du 1er et du 2nd degré dans la mise en place d'actions
- Interventions en direction des parents
- Activités en partenariat dans le 1er et le 2nd degré
- Travaux en partenariat avec le groupement d'achats

1) Activités dans le 1er degré :

Les animations pédagogiques

- Temps de formation en direction des professeurs des écoles
- Elaborées en partenariat avec un groupe d'IEN et les délégués départementaux de l'USEP
- Inscrites au plan de formation de **12 circonscriptions**

1) Activités dans le 1er degré : Les animations pédagogiques

- L'éducation nutritionnelle à l'école
- Formation de 3h
- Coanimation en partenariat avec l'USEP



1) Activités dans le 1er degré : Les animations pédagogiques

Plan :

- Chiffres et cadre institutionnel
- Echanges de pratiques et valorisation des expériences
- Présentation d'outils, d'organismes, de manifestations et d'opérations
- Echanges et pistes concernant la collation matinale
- Notion de promotion de la santé
- Groupes de travail pour un projet « manger – bouger »

1) Activités dans le 1er degré : Les animations pédagogiques



PRÉVENTION
DES MALADIES
CARDIO-VASCULAIRES
EN MILIEU SCOLAIRE

Si le cœur vous en dit...

LIVRE DE L'ENSEIGNANT

+ DVD-vidéo et des fichiers PDF

CE2
CM1
CM2



1) Activités dans le 1er degré :

Les animations pédagogiques

- Les espaces régionaux de documentation
 - Ressources documentaires :
 - alimentation et activité physique, sommeil, citoyenneté...
 - mallettes pédagogiques, brochures, ouvrages scientifiques...
 - En ligne : www.bddr.pepsal.org



1) Activités dans le 1er degré : Les animations pédagogiques



1) Activités dans le 1er degré : Les animations pédagogiques

■ Mallettes « l'attitude santé »



1) Activités dans le 1er degré :

Les animations pédagogiques

- **143 professeurs des écoles** dont **52 directeurs** formés

- Attentes :
 - Ressources et pistes de travail : 44%
 - Éléments de langage concernant la collation matinale : 35%
 - Actualisation des connaissances scientifiques et des recommandations : 13%

- Indice de satisfaction **8,7/10**

1) Activités dans le 1er degré :

Les animations pédagogiques

- Suite à l'animation :
 - **95%** des enseignants souhaitent intégrer cette thématique dans leurs enseignements
 - **90%** des enseignants souhaitent intégrer cette thématique au niveau de leur école

- Points forts :
 - Ressources variées, motivantes, riches et intéressantes
 - Ressources disponibles et concrètes
 - Richesse des échanges entre pairs et avec des spécialistes
 - Dynamique de l'animation et variété des présentations

- Axe d'amélioration
 - Densité de l'intervention

1) Activités dans le 1er degré :

Les animations pédagogiques

□ Suites :

- Temps 1 : Courriel aux CPC
 - Documents, informations et liens en ligne sur le site de circonscription

- Temps 2 : Courriel aux participants
 - Rappel des missions de l'équipe CAAPS

- Temps 3 : Evaluation
 - Courriel et appel téléphonique

1) Activités dans le 1er degré :

Le soutien des équipes dans leurs actions

- 23 écoles ont bénéficié d'une présentation sur site dans le cadre des conseils des maîtres
- Au total **125 écoles** ont bénéficié des activités du projet dans le cadre du soutien à la mise en place d'actions
- **218 professeurs des écoles** ont été touchés, dont **66 directeurs**

1) Activités dans le 1er degré :

Le soutien des équipes dans leurs actions

□ Bilan des actions :

- **103 des 125 écoles** ayant bénéficié des activités du projet CAAPS ont de manière effective mis en place des actions alimentation et/ou activité physique
- **17000 élèves** ont été touchés dans le cadre de ces activités

1) Activités dans le 1er degré :

Le soutien des équipes dans leurs actions

- Actions mises en place concernant le volet alimentation:
 - Thématiques : groupes d'aliments, rythme alimentaire, intérêt du petit déjeuner...
 - Type d'activités : jardin pédagogique, petit déjeuner pédagogique, atelier cuisine, jeux, café des parents, visites...
 - Intervenants : infirmier ou médecin scolaire, parents professionnels de l'alimentation, intervenants des centres socio culturels...
 - Travaux entrepris concernant les prises alimentaires à l'école (collation matinale) : adaptation de la qualité nutritionnelle, adaptation horaire, suppression...

1) Activités dans le 1er degré :

Le soutien des équipes dans leurs actions

- Manifestations et opérations : un fruit pour la récré, la semaine du goût...

LA SEMAINE
DU GOÛT

Du 13 au 19 octobre 2014



1) Activités dans le 1er degré :

Le soutien des équipes dans leurs actions

- Actions mises en place concernant le volet activité physique:
 - Adhésion à l'USEP
 - Manifestations et opérations : cross, olympiades, journée du sport scolaire, « l'école la plus sportive », « je me bouge dans mon quartier », semaine sans écrans, manifestations solidarité (téléthon, km solidarité...)...
 - Intervenants : éducateurs sportifs, étudiants faculté des sciences du sport...
 - Travaux sur l'environnement matériel : achat de matériel, parcours de débrouillardise, véhicules et jeux disponibles à la récréation...



2) Activités dans le 1er degré :

Les activités en direction des parents

- Réunions de rentrée
 - 19 réunions
 - **607 parents**

- Animations parents
 - 25 temps d'animations
 - **327 parents**
 - Intervention de 1 à 2h
 - Café débat, table ronde...

2) Activités dans le 1er degré :

Les activités en direction des parents

- Thématiques abordées :
 - Recommandations nutritionnelles
 - Éléments scientifiques concernant la collation matinale
 - Notions de goûts et de dégoûts
 - Equivalences et lecture d'étiquettes
 - Notion d'activité physique

2) Activités dans le 1er degré :

Les activités en direction des parents

- Ces animations ont pleinement répondu aux attentes de **79%** des parents
- **96%** des parents ont apprécié dans leur globalité ces temps qui leurs ont été consacrés
- **106 professeurs des écoles** dont **31 directeurs** rencontrés dans le cadre de la préparation et de l'intervention

2) Activités dans le 1er degré :

Travaux en direction des parents / La plaquette MBD

□ Plaquette « Manger Bouger Dormir »

■ Objectifs :

- Toucher davantage et directement les parents lors du bilan de santé de grande section de maternelle
- Harmoniser les messages

■ Aborde l'hygiène de vie de l'enfant

■ Accent mis sur les illustrations

■ Cible : **18000 parents**

2) Activités dans le 1er degré : Travaux en direction des parents / La plaquette MBD

L'activité physique

Pour les enfants de moins de 11 ans, il est recommandé de bouger 60 minutes par jour.

Comment faire ?



Astuce

Il est possible de répartir les 60 minutes d'activité physique sur la journée (exemple : 3 fois 20 minutes).

Pourquoi ?

Bouger tous les jours permet à votre enfant de dépenser l'énergie apportée par l'alimentation et d'être bien dans son corps et dans sa tête.

L'Union Sportive de l'Enseignement du Premier degré (USEP) autour de votre école, dans votre quartier est à votre écoute pour développer votre ATTITUDE SANTÉ SPORT à travers ses outils, formations et accompagnements.

Contact : 03 90 40 63 80 (Bas-Rhin) – 03 89 45 98 55 (Haut-Rhin)

Le sommeil

Dormir aide à grandir, à mémoriser ce qu'on apprend et à développer son cerveau

Quelques repères pour une nuit de sommeil suffisante :

3 ans : 12 heures (sieste comprise)

6 ans : 10 heures

12 ans : 9 heures



Trucs et astuces

Pour faciliter l'arrivée du sommeil :

- > Éviter les écrans (télévision, ordinateur, tablette...), juste avant le coucher au lit
- > Préparer son sommeil par des jeux calmes, un petit rituel : une histoire lue, racontée, chantée, un câlin...
- > Réduire le bruit de la maison le temps qu'il s'endorme

S'il ne s'endort pas :

- > Instaurer un rituel du coucher avec votre enfant : lire une histoire, dire « bonne nuit, à demain »
- > Éviter de rester dans la chambre jusqu'à ce qu'il s'endorme.



Manger

Bouger

Dormir



Tous concernés

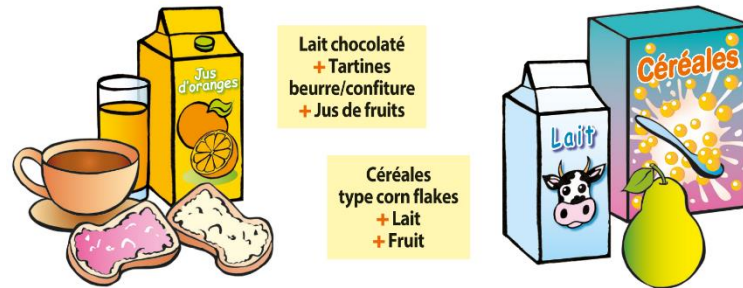
Quelle hygiène de vie pour la santé de mon enfant ?

L'alimentation, l'activité physique et le sommeil sont très liés.
Au quotidien, ils sont les clés d'une bonne santé.



2) Activités dans le 1er degré : Travaux en direction des parents / La plaquette MBD

Le petit déjeuner : deux exemples



Lait chocolaté
+ Tartines
beurre/confiture
+ Jus de fruits

Céréales
type corn flakes
+ Lait
+ Fruit

Trucs et astuces

Mon enfant n'a jamais le temps :

- > Coucher l'enfant plus tôt le soir pour le réveiller plus tôt et avoir le temps de manger
- > Préparer le sac d'école, les vêtements et la table du petit déjeuner la veille au soir

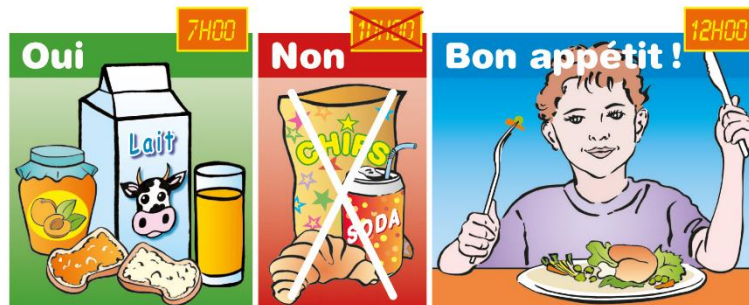
Il n'a pas d'appétit :

- > Lui faire boire un verre d'eau ou de jus de fruits 100% pur jus pour tenter de lui ouvrir l'appétit
- > Faire griller du pain ou préparer un bon chocolat chaud dont l'odeur se propage
- > Emporter un petit déjeuner à manger sur le chemin de l'école : pain/fromage + compote...

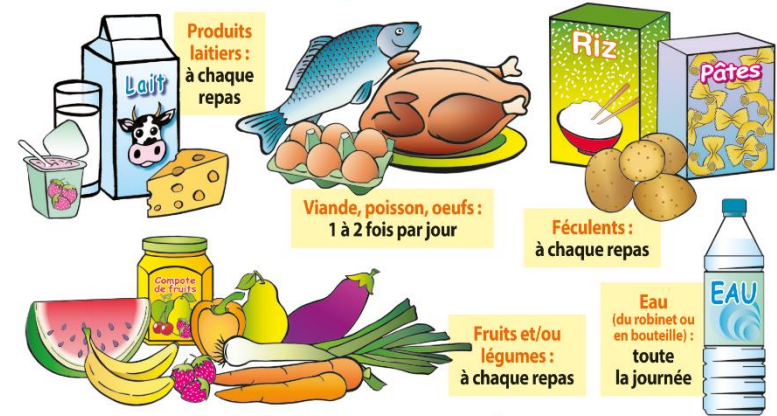
Il n'a pas envie... :

- > Partager ce repas en famille, les enfants adorent ça !
- > Varier la composition du petit déjeuner
- > Éviter de lui donner un goûter pour 10h pourrait aussi l'encourager à prendre un petit déjeuner.

Un bon petit déjeuner mais pas de goûter le matin



Les déjeuner et dîner



Produits
laitiers :
à chaque
repas

Viande, poisson, oeufs :
1 à 2 fois par jour

Féculeux :
à chaque repas

Fruits et/ou
légumes :
à chaque repas

Eau
(du robinet ou
en bouteille) :
toute
la journée

Trucs et astuces

Développer le goût de votre enfant, découvrir ensemble :

- > Ne pas hésiter à varier les saveurs (épices, herbes) et la texture
- > Le faire participer à la préparation des plats, l'inviter à toucher les aliments, à les sentir, à les nommer

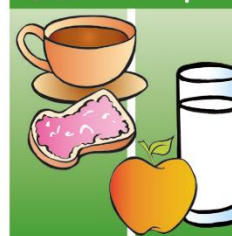
Goûts et dégoûts de chacun évoluent tout au long de la vie, aimer un aliment, ça s'apprend :

- > Proposer de goûter à chaque fois que vous le préparez sans pour autant le forcer à vider son assiette

Il n'aime pas les légumes :

- > Associer féculents et légumes dans un même plat : gratin de blé aux tomates et courgettes, pizza aux légumes...
- > Jouer sur la présentation : faire un volcan à base de purée de carottes...
- > Lui présenter un même légume sous différentes textures : entier, en soupe, en purée...

Oui : 2 exemples



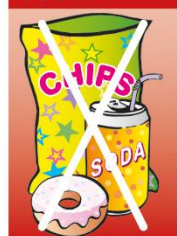
Lait chocolaté
+ Tartine /
confiture

Lait nature
+ pomme

Le goûter

Un seul goûter suffit l'après-midi !
S'il est pris à la maison, inutile
d'en donner un pour la récré
de l'après-midi.
Si avant le dîner, il a faim, préférer
avancer un peu l'heure du dîner.

Non



2) Activités dans le 2nd degré :

Travaux en direction des parents / La mallette des parents

■ **La mallette des parents 6ème :**

module « alimentation et passage en 6ème »

- De 2011 à 2013 création d'un module complémentaire « alimentation et passage en 6ème » : fiches pratiques et séquences vidéos
- Finalisation des montages en 2014
- Mise en ligne de l'ensemble des séquences sur la page internet Caaps (<http://www.ac-strasbourg.fr/pedagogie/nutrition/>)

3) Activités en partenariat dans le 1er degré

- 5 manifestations
 - Chausse tes baskets, Ernolsheim sur Bruche
 - Eco manifestation, Thann
 - Grand stade, Mulhouse
 - Journée du vélo, Horbourg - Wihr
 - Playa tour, Cernay et Wittenheim

- USEP 67 et 68, DRAAF

- Près de **2000 élèves**



4) Activités dans le 2nd degré :

Le soutien des équipes dans leurs actions

- **13 EPLE** ont été soutenus dans la mise en place d'actions :
- Mobilisation de l'équipe pluridisciplinaire et pluri catégorielle autour d'un projet nutrition
- Démonstration et prêt d'outils
- Création d'outils
- Expertise nutritionnelle...

4) Activités dans le 2nd degré :

Le soutien des équipes dans leurs actions

- La « nutrition » transdisciplinaire
 - Collège Joliot Curie, Wittenheim
 - Cadre de la semaine santé (MCV)
 - Implication de l'ensemble de l'équipe pluridisciplinaire et pluri catégorielle (IDE, enseignants, gestionnaire...)
 - Intégration des notions d'alimentation dans les enseignements
 - Lien interdegré avec une école élémentaire du secteur

4) Activités dans le 2nd degré : Le soutien des équipes dans leurs actions

■ Collège Joliot Curie, Wittenheim



4) Activités dans le 2nd degré :

Le soutien des équipes dans leurs actions

- « Secrets de santé », co-élaboration d'un outil ludique de prévention
 - Collège Hans Arp, Strasbourg
 - Projet impulsé par l'IDE du collège
 - Coordination avec les IDE des écoles de l'Elsau
 - Manger, bouger, dormir
 - Illustration par des élèves de l'élémentaire
 - Cible : collégiens et élèves de l'école élémentaire

4) Activités dans le 2nd degré : Le soutien des équipes dans leurs actions

■ Collège Hans Arp, Strasbourg



« Secrets de santé »
Un jeu pour en savoir plus sur le sommeil,
l'activité physique et l'alimentation, et s'appuyer sur
ces trois piliers pour garder la forme!



Jeu réalisé dans le cadre du CESC inter degré du collège Hans Arp à Strasbourg
avec le concours d'élèves de l'école élémentaire du Giesberg, de l'école élémentaire Martin Schoengauen,
délèves du collège Hans Arp, et de leurs équipes éducatives respectives.
Projet mené en lien avec les infirmières du service médical de la ville de Strasbourg, les diététiciennes
du projet CAAPS2 du rectorat de Strasbourg et le Service de promotion de la Santé en Faveur des Elèves de l'Inspection
académique du Bas-Rhin.

Année scolaire 2013-2014



4) Activités dans le 2nd degré : Le soutien des équipes dans leurs actions

■ Collège Hans Arp, Strasbourg



Aujourd'hui j'ai fait:

- ½ heure de vélo
- 2h d'ordinateur
- regardé la télévision pendant 1heure
- participé aux tâches ménagères pendant ½ heure.

Combien de temps ai-je pratiqué une activité physique ?

R: 1heure (½ h de vélo + ½ de tâches ménagères)

4) Activités dans le 2nd degré : Le soutien des équipes dans leurs actions

- Collège Hans Arp, Strasbourg

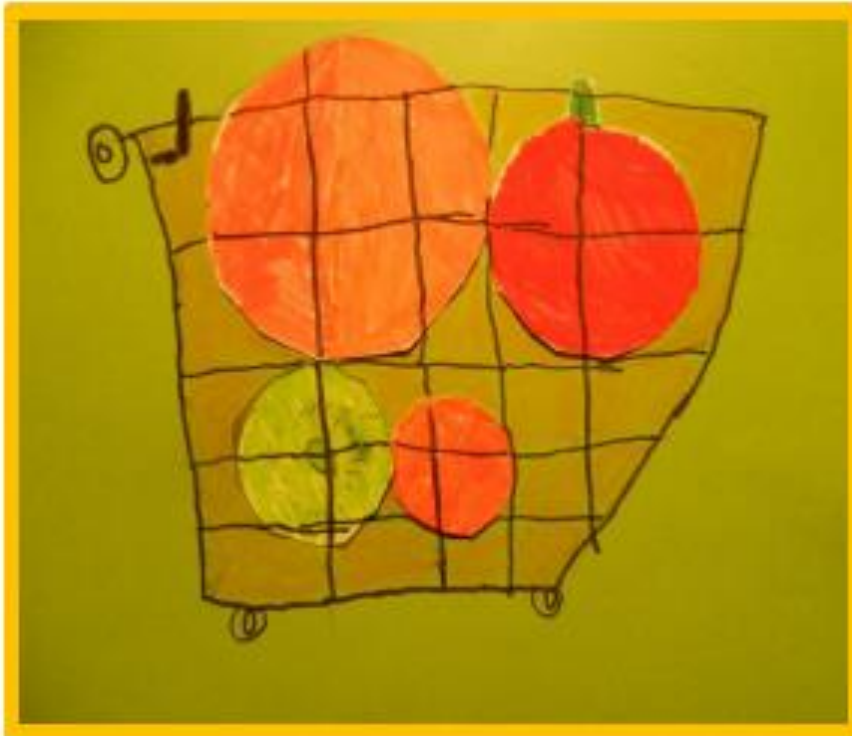


Combien d'heures de sommeil faut-il à un enfant de 10 ans ?

R : entre 10h et 11h

4) Activités dans le 2nd degré : Le soutien des équipes dans leurs actions

■ Collège Hans Arp, Strasbourg



Que nomme-t-on « sucre caché » ou graisses cachées ? Donnez un exemple

R : les sucres cachés et les graisses cachées sont les sucres et les graisses qui sont mélangés dans nos aliments, que l'on ne consomme pas en l'état, comme le sucre que l'on met dans une boisson chaude ou le beurre que l'on met sur sa tartine.

Ce sont les sucres cachés dans les gâteaux ou le gras caché dans la charcuterie par exemple, ou dans les plats industriels.

La cuisine faite maison permet de contrôler les apports et la qualité des graisses et du sucre dans l'alimentation. Dans l'alimentation industrielle, les graisses utilisées sont souvent de mauvaise qualité pour réduire le coût du produit.

4) Activités dans le 2nd degré :

Le soutien des équipes dans leurs actions

- Projet « Manger-bouger » sur l'année
 - Collège de l'Eichel, Diemeringen
 - Niveau 6ème
 - Sorties organisées par l'équipe EPS
 - Ateliers cuisine avec l'équipe de restauration
 - Démonstration et présentation des outils Caaps aux IDE du secteur (lecture d'étiquettes, publicité alimentaire)

4) Activités dans le 2nd degré :

Animation auprès des délégués de la vie lycéenne

■ Conseil Académique de la Vie Lycéenne (CAVL)

- « La nutrition dans la vie lycéenne »

- Intervention auprès des élus, à leur demande

4) Activités dans le 2nd degré :

Animation auprès des délégués de la vie lycéenne

▣ Conseil Académique de la Vie Lycéenne (CAVL)

1- L'équilibre alimentaire

2- L'offre alimentaire hors restaurant scolaire

3 -L'offre alimentaire au restaurant scolaire

4) Activités dans le 2nd degré : Animation auprès des délégués de la vie lycéenne

1 - L'équilibre alimentaire



BIEN MANGER

BOUGER PLUS

POUR QUI ?

PNNS

LE MAG'

Recevez le Panier à idées, la newsletter de mangerbouger.fr

S'inscrire



↳ Accueil / Bien manger / [La Fabrique à menus](#)

[Version accessible](#)

La Fabrique à menus

Avec la Fabrique à menus, fini la panne d'inspiration ! Découvrez des idées de menus de saison variés pour manger équilibré toute la semaine en accord avec les repères nutritionnels du [Programme National Nutrition Santé](#).

MA FABRIQUE PERSO

S'inscrire

Se connecter

Enregistrez vos favoris et recevez des menus personnalisés directement dans votre boîte mail.

CHOOSE YOUR CRITERIA TO ALLOW THE FABRIQUE TO PROPOSE MENUS TO YOU :

Votre semaine ? 7 jours ▼

Pour combien ? 4 ▼

Déjeuner Diner







VOIR LES MENUS






VOIR UN EXEMPLE DE MENU

COMMENT SONT FABRIQUÉS LES MENUS ?

4) Activités dans le 2nd degré : Animation auprès des délégués de la vie lycéenne

[X LES MENUS](#)
[MA LISTE DE COURSES](#)
[★ MES MENUS FAVORIS](#)
★
🖨️
✉️
?

LUNDI 13 octobre	MARDI 14 octobre	MERCREDI 15 octobre	JEUDI 16 octobre	VENDREDI 17 octobre	SAMEDI 18 octobre	DIMANCHE 19 octobre
D É J E U N E R S						
 Salade exotique aux pousses de soja et au maïs * Steaks hachés de chef * Brocolis et semoule * Fromage blanc aromatisé * Pain	 Carottes râpées au citron * Couscous royal * Fromage * Brochettes de fruits rouges, bananes et poires * Pain	Salade de chou blanc * Côtes de veau grillées * Purée de pommes de terre * Yaourt aux fruits * Pain	Salade de jeunes pousses aux carottes et raisins secs *  Pavés de bœuf * Julienne de légumes au quinoa * Délices suisses au café (maison) * Pain	Salade de maïs et de betteraves *  Filets de cabillaud * Épinards en branches et blé * Faisselle au miel et aux noix * Pain	Salade de chèvre chaud *  Œufs brouillés * Cœurs d'artichaut à la semoule fondante * Fromage * Compote de fruits sans sucre ajouté * Pain	Soupe de poireaux (en brique) * Saumon * Haricots verts extra-fins et pommes de terre * Fromage *  Banane * Pain

4) Activités dans le 2nd degré :

Animation auprès des délégués de la vie lycéenne

2 - L'offre alimentaire hors restaurant scolaire

- Il n'existe pas de subvention pour la distribution gratuite de fruits et légumes dans les lycées.

Info ou intox ?

4) Activités dans le 2nd degré :
Animation auprès des délégués de la vie lycéenne

3 -L'offre alimentaire au restaurant scolaire

□ Dans la peau d'un cuistot...



4) Activités dans le 2nd degré :

Promotion de l'outil « Tous en mouvement... »

- ❑ Outil « tous en mouvement, santé bien-être et entretien de soi »
- ❑ Faciliter la conception et la mise en œuvre d'un projet interdisciplinaire et inter catégoriel en faveur de la santé des élèves
- ❑ Fiches de contributions disciplinaires, directement en lien avec les programmes, pour des actions sur le thème de la santé



5) Activités en partenariat dans le 1er et le 2nd degré

- Journée du sport scolaire portée par l'UNSS, intégrée au programme « sentez vous sport »



- Parcours d'ateliers au centre sportif des Coteaux à Mulhouse

5) Activités en partenariat dans le 1er et le 2nd degré

- ❑ **17 établissements** Mulhousiens, de l'école élémentaire au lycée
- ❑ **850 élèves**



6) Activités en direction du groupement d'achats

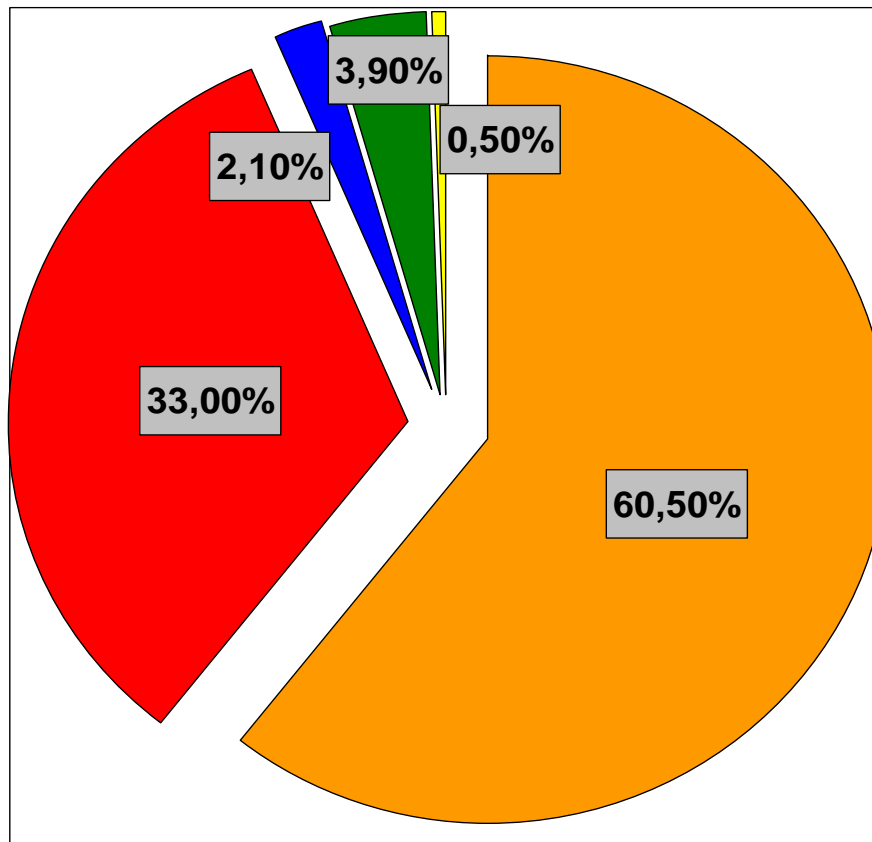
- Partenariat avec la centrale d'achats départementale
- Aide à une « lisibilité nutritionnelle » des fiches techniques
- Accompagnement aux choix de la centrale d'achats
- Sensibilisation des représentants des établissements adhérents
- Plus de 130 restaurants scolaires concernés

III - Dispositif financier




Ventilation des dépenses 2013-2014

(au 11/09/14)



- Personnels et locaux mis à disposition
- Salaires
- Frais de déplacements
- GIP-FCIP
- Fournitures, documentation, frais postaux

Perspectives



2014 - 2015 ...

Perspectives

- Elargissement des territoires prioritaires : Alsace Bossue
- Outil de communication auprès des parents : diffusion de la plaquette MBD
- Renforcement des partenariats opérationnels
- Renforcement des partenariats financiers : CPOM?

Merci pour votre attention

