



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 2015

Mercredi 14 octobre 2015

Canopé de l'académie de Strasbourg

CAAPS, une action portée par le rectorat de l'académie de Strasbourg

I - Présentation de l'action

II - Activités de l'action

III - Dispositif financier

IV - Perspectives

I - Présentation de l'action



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
- ❑ En cohérence avec les objectifs du PNNS

Objectif général

- En cohérence avec les objectifs des :
 - projet d'académie
 - plan régional de santé
 - plan national pour l'alimentation
 - plan régional activité physique, santé, bien être

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

- 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...

Ressources humaines

Equipe de suivi et de contrôle financier

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



II - Activités de l'action



Une action de promotion de la santé

- Activités en direction des 4 facteurs influençant les déterminants de la santé :
 - 1) Engagement des partenaires
 - 2) Amélioration des ressources des élèves
 - 3) Mobilisation de l'environnement familial
 - 4) Amélioration de l'offre alimentaire

1) Engagement des partenaires

- Engagement des partenaires financiers, méthodologiques et opérationnels
- Objectifs opérationnels :
 - Formaliser les partenariats
 - Coordonner les actions

1.1) Formaliser les partenariats

- Validation du CPOM par les partenaires financiers



Direction régionale de l'alimentation,
de l'agriculture et de la forêt

Direction régionale de la jeunesse,
des sports et de la cohésion sociale

1.1) Formaliser les partenariats

- Ecriture conjointe du CPOM avec l'Union Sportive de l'Enseignement du Premier Degré



1.1) Formaliser les partenariats

- Evaluation de l'action portée par l'ORS sur la durée du CPOM



1.2) Coordonner les actions

- ❑ Coordination des actions avec les projets portés par les Contrats Locaux de Santé (dispositif PRECCOSS à Strasbourg, projet surpoids et obésité de l'enfant de la ville de Mulhouse...)
- ❑ Coordination des actions avec le plan de conviction sur «l'inutilité de la collation matinale» porté par l'ARS

1.2) Coordonner les actions

- Coordination avec les partenaires opérationnels intervenants dans la région sur la thématique nutrition :
 - Réseaux de prise en charge thérapeutique (REPPPOP, RCPO, REDOM)
 - Organismes de prévention (MFA...)
 - Dispositifs (« Plaisir à la cantine », « Un fruit pour la récré », « La route de la santé »...)
 - Sport scolaire (USEP, UNSS)



UNSS
UNION NATIONALE
DU SPORT SCOLAIRE

ireps
Instance régionale d'éducation
et de promotion de la santé
ALSACE



Jeunes
REDOM EN ALSACE
DIABÈTE | OBÉSITÉ | MALADIES CARDIO-VASCULAIRES



Conseil départemental



Haut-Rhin

Strasbourg.eu
eurométropole

RESEAU-CANOPE.FR
CANOPÉ
ACADÉMIE DE STRASBOURG

ORS
ALSACE
OBSERVATOIRE RÉGIONAL
DE LA SANTÉ



Association
La Route de la Santé



A D O S E N
Prévention Santé **MGEN**



ALSACE

2) Amélioration des ressources des élèves

- Amélioration de l'offre en milieu scolaire en matière d'actions d'éducation nutritionnelle

- Objectifs opérationnels :
 - Organiser, participer et animer des temps de formations et d'échanges
 - Accompagner les actions portées par les équipes éducatives

2.1) 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 **11 circonscriptions**

2.1) Les animations pédagogiques

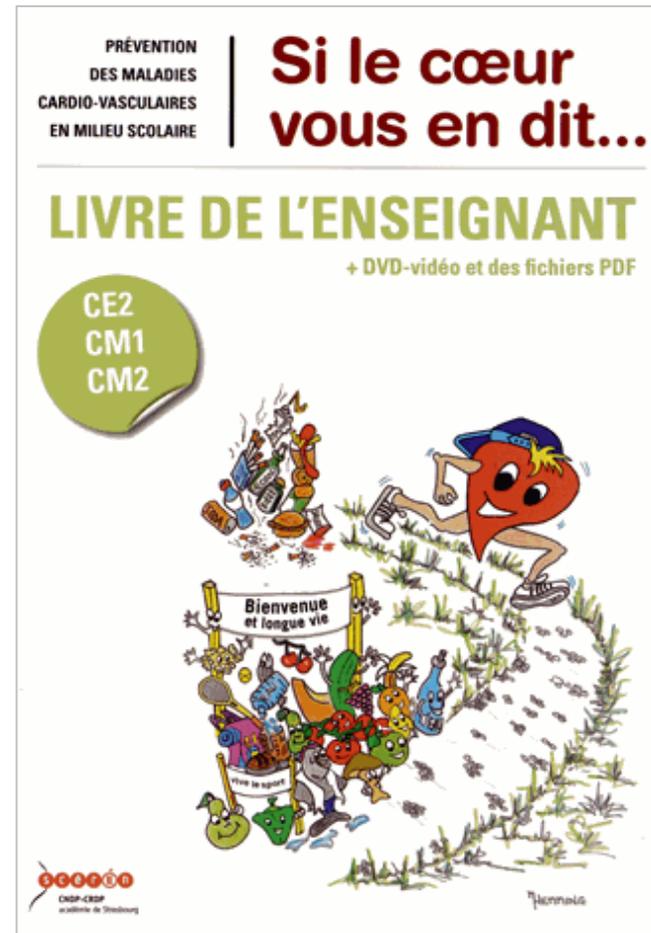
- L'éducation nutritionnelle à l'école
- Formation de 2 à 3h
- Coanimation en partenariat avec l'USEP



2.1) Les animations pédagogiques

- Chiffres et cadre institutionnel
- Echanges de pratiques et valorisation des expériences
- Éléments de langage et pistes d'action concernant la collation matinale
- Notion de promotion de la santé
- Ateliers : présentation d'outils, d'organismes, de manifestations et d'opérations

2.1) Les animations pédagogiques



2.1) 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

2.1) Les animations pédagogiques

PROGRAMME NATIONAL POUR
L'ALIMENTATION
NOTRE MODÈLE
A DEL'AVENIR



2.1) Les animations pédagogiques

- Mallettes « l'attitude santé »



2.1) Les animations pédagogiques

- **261 professeurs des écoles** dont 83 directeurs formés

- Attentes :
 - Ressources et pistes de travail : 24%
 - Éléments de langage concernant la collation matinale : 56%
 - Actualisation des connaissances scientifiques et des recommandations : 20%

- Indice de satisfaction **8,5/10**

2.1) Les animations pédagogiques

- Suite à l'animation :
 - **94%** des enseignants souhaitent intégrer cette thématique dans leurs enseignements
 - **88%** 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 et clarté de l'animation
 - Variété des présentations
 - Prise en compte de la parentalité

- Axe d'amélioration
 - Durée de l'intervention, horaire

2.2) Actions dans les écoles

- **22 écoles** ont bénéficié d'une présentation et d'un accompagnement opérationnel sur site dans le cadre des conseils des maîtres
- Au total **177 écoles** ont bénéficié des activités du projet dans la cadre du soutien à la mise en place d'actions dans la cadre d'animations pédagogiques ou sur site
- **321 professeurs des écoles** ont été touchés, dont **83 directeurs**

2.3) Les animations péri et extra scolaire

- Expérimentation de temps de formation en direction :
 - Des responsables périscolaires de la ville de Strasbourg
 - Des éducateurs d'une « maison d'enfants à caractère social » à Strasbourg

2.3) Les animations péri et extra scolaire

- Formation des RPS de la ville de Strasbourg
 - Thématique : alimentation et culture du goût :
 - 1 journée de formation
 - Co-animée avec l'Univers du goût Alsace
 - 20 responsables périscolaires formés
 - Contenu :
 - Équilibre alimentaire
 - Sensorialité
 - Forum des ressources





2.3) Les animation péri et extra scolaire

- Formation à l'institut St-Joseph (Strasbourg) :
 - Direction, coordinatrice santé, éducateurs volontaires, chef de cuisine et second
 - 3 séances de 2h
 - Évolutions :
 - Adaptation de l'offre au petit-déjeuner et au goûter
 - Limitation des produits sucrés
 - Mise à disposition des éducateurs de recettes simples, ludiques et à base de fruits et légumes par le chef

2.4) Actions dans les EPLE

- **9 EPLE, 1 réseau et 1 pôle** infirmier 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...

2.4) Actions dans les EPLE



**Semaine santé (atelier
CaapsCook)
Lycée Mermoz Saint-Louis**

**Le jeudi, c'est un fruit !
Réseau Lamartine, Bischheim**



2.4) Actions dans les EPLE

- Formation des infirmières du pôle 7 :
 - Projet « Draw my life » autour du petit-déjeuner (élèves de 4ème et 2de)
 - 1/2 journée de formation à la technique « Photolangage ® » pour un réinvestissement auprès des élèves
 - 9 infirmières présentes

2.5) Manifestations en partenariat dans le 1er degré

- 7 manifestations :
 - Km solidarité, Strasbourg
 - Grand stade, Colmar et Mulhouse
 - Nappy days, Illzach
 - Journée du vélo, Horbourg - Wihr
 - Playa tour, Fessenheim et Wittenheim



2.5) Manifestations en partenariat dans le 1er degré

▣ Plus de **8000** élèves



2.5) Manifestations en partenariat dans les 1er et 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

2.5) Manifestations en partenariat dans les 1er et 2nd degré

- ❑ **20 établissements** Mulhousiens, de l'école élémentaire au lycée
- ❑ **900 élèves**
- ❑ Intervention en partenariat avec la **MGEN**



2.5) Manifestations en partenariat dans le 2nd degré

- Participations à des rencontres sportives portées par l'UNSS : CROSS, championnats...



UNSS
UNION NATIONALE
DU SPORT SCOLAIRE

2.5) Manifestations en partenariat dans le 2nd degré



- Journée du cœur, 3 ateliers élèves :
 - Parcours sensoriel autour du pain
 - Esprit critique avec « Corpus »
 - Jeu « Secrets de santé »



corpus: « Mon frigo idéal »



ACADÉMIE DE STRASBOURG

3) Mobilisation de l'environnement familial

- Mobilisation de l'environnement familial autour de la question nutritionnelle

- Objectifs opérationnels :
 - Organiser et animer des temps de rencontre avec les familles
 - Favoriser les échanges avec les parents

3.1) Les animations en direction des parents

□ Animations parents

- Intervention de 1 à 2h
- Café débat, petit déjeuner pédagogique, table ronde...

3.1) Les animations en direction des parents

- Thématiques abordées :
 - Hygiène de vie de l'enfant (équilibre alimentaire, activité physique, sommeil)
 - Équilibre alimentaire et budget
 - Goûters et rythmes alimentaires (dont petit-déjeuner)
 - Développement de l'esprit critique (analyse critique des messages publicitaires, lecture d'étiquettes)
 - Goûts et dégoûts des enfants (fruits et légumes notamment)
 - Alimentation et culture

3.1) Les animations en direction des parents

- **518 parents** dans 28 écoles,
- Ces animations ont pleinement répondu aux attentes de **91%** des parents
- **95%** des parents ont apprécié dans leur globalité ces temps qui leurs ont été consacrés
- **56 professeurs des écoles** dont 17 directeurs rencontrés dans le cadre de la préparation et de l'intervention

3.2) La plaquette MBD lors du bilan de GSM

- 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**

3.2) La plaquette MBD lors du bilan de GSM

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

- > Aller à l'école à pied (20mn)
- > Jouer au parc ou dans le jardin(40 mn)

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 : cela permet aussi de ne pas passer trop de temps devant les écrans (télévision, tablette...).

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



Illustration copyright restaurant de Strasbourg

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.



Tous concernés

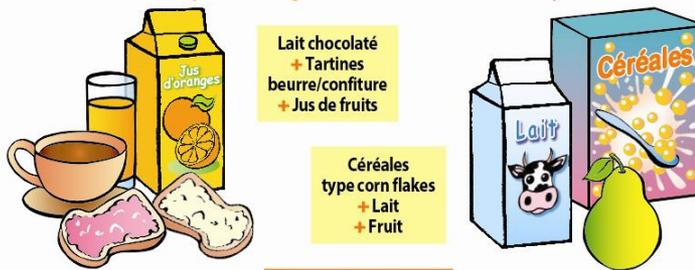
Quelle hygiène de vie pour la santé de mon enfant ?
L'alimentation, l'activité physique et le sommeil sont très liés.
Au quotidien, ils sont les clés d'une bonne santé et participent à la réussite scolaire.



3.2) La plaquette MBD lors du bilan de GSM

4 PRISES ALIMENTAIRES PAR JOUR DE 3 À 17 ANS

1- 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

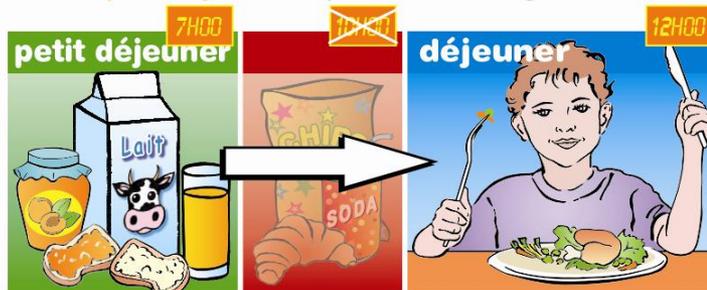
Il n'a pas d'appétit :

- > 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...

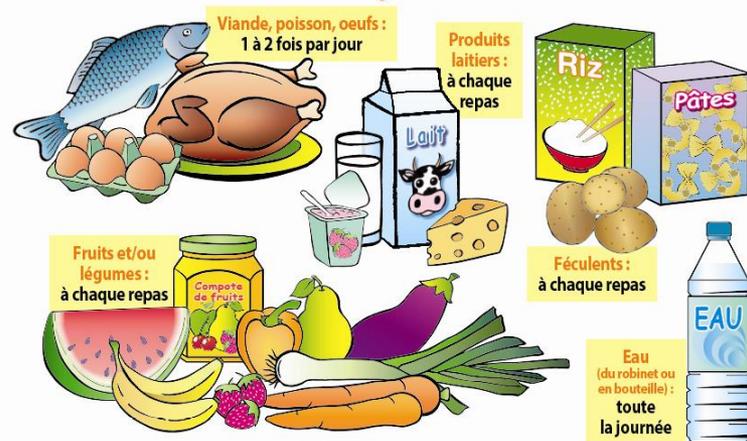
Il n'a pas envie... :

- > Partager ce repas en famille, les enfants adorent ça !
- > Varier la composition du petit déjeuner
- > Pour l'encourager à prendre un petit déjeuner, éviter de lui donner un goûter à 10h00.

Un bon petit déjeuner et plus besoin de goûter le matin



2/3- Les déjeuner et dîner



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

Produits
laitiers :
à chaque
repas

Fruits et/ou
légumes :
à chaque repas

Féculents :
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...

4- Le goûter

2 exemples :

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.



Lait nature
+ pomme

Lait chocolaté
+ Tartine /
confiture

4) Amélioration de l'offre alimentaire

- Amélioration de l'offre alimentaire en milieu scolaire

- Objectifs opérationnels :
 - Accompagner la centrale d'achats et autres dispositifs visant la restauration scolaire
 - Accompagner les travaux concernant la collation matinale

4.1) 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

4.2) Association au « plan de conviction sur l'inutilité de la collation matinale »

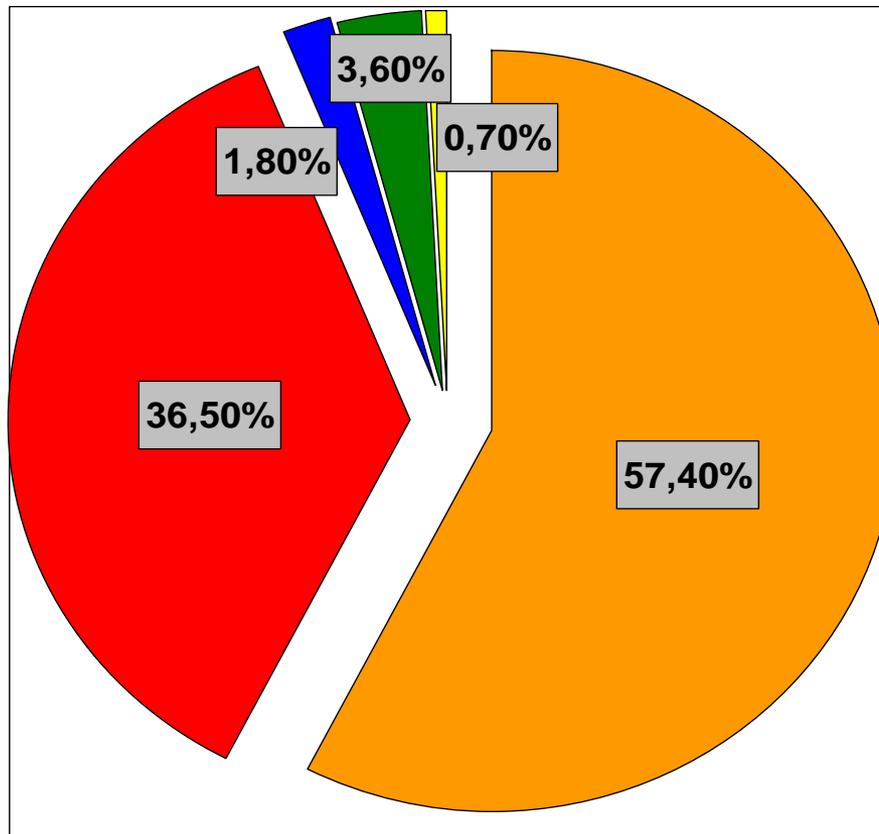
- Participation au groupe de travail pour la conception des outils
- Participation à la diffusion des outils de communication

III - Dispositif financier



Ventilation des dépenses 2013-2014

(au 4/09/15)



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

IV - Perspectives



2015 - 2016 ...

Renforcement du partenariat avec l'USEP



- Financement d'éducateurs santé rattachés aux USEP 67 et 68 dans le cadre du CPOM
- Intervention conjointe CAAPS – USEP dans le cadre des réunions de conseil des maîtres
- Prise en compte des 2 volets alimentation et activité physique dans le cadre des projets « nutrition » portés par les équipes éducatives

Evaluation du CPOM



- Nouveau protocole d'évaluation pour la durée du CPOM jusqu'en 2017 - 2018
- Elaboré en partenariat avec l'ORS, il sera mis en place au cours de cette année scolaire 2015 - 2016
- 1ers résultats lors du prochain comité de pilotage

Plan de conviction sur l'inutilité de la collation matinale



- Participation à la déclinaison opérationnelle du plan
- Couverture territoriale concernant les interventions en direction des familles et des équipes éducatives



Comité technique

Pilotes du projet

- Dr Pascale LEGRAND, médecin conseiller technique auprès du recteur
pascale.legrand@ac-strasbourg.fr
- Daniel GERING, infirmier conseiller technique auprès du recteur
daniel.gering@ac-strasbourg.fr

Coordination

- Fedoua SALIM, diététicienne
fedoua.salim@ac-strasbourg.fr ☎ 03.88.23.36.67
- Valérie KLAUSS, diététicienne
valerie.klauss@ac-strasbourg.fr ☎ 03.88.23.39.59
- Khaly CISS infirmier
khaly.ciss@ac-strasbourg.fr ☎ 03.88.23.34.54

Merci pour votre attention



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



Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

PRÉFET
DE LA RÉGION
ALSACE