

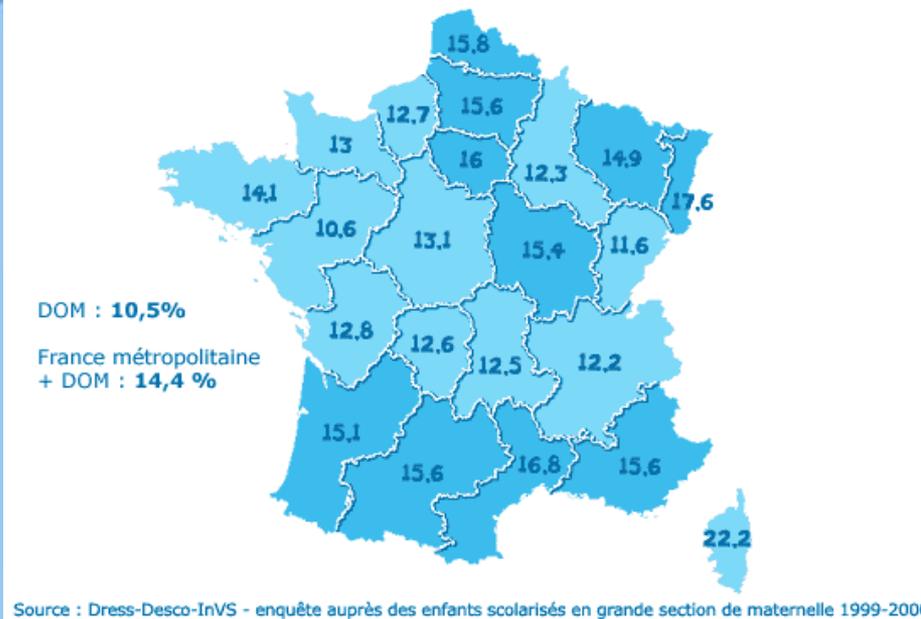


# CAAPS

## Comportements Alimentaires des Adolescents : le Pari de la Santé !



## Proportion d'enfants de 5 à 6 ans en surpoids



Rappel du projet

### Des constats

- Selon l'enquête DRESS de juillet 03, 17,6% des enfants alsaciens de 5-6 ans en surcharge pondérale contre 14,4% moyenne nationale
- Les maladies cardio-vasculaires sont la première cause de mortalité en Alsace.

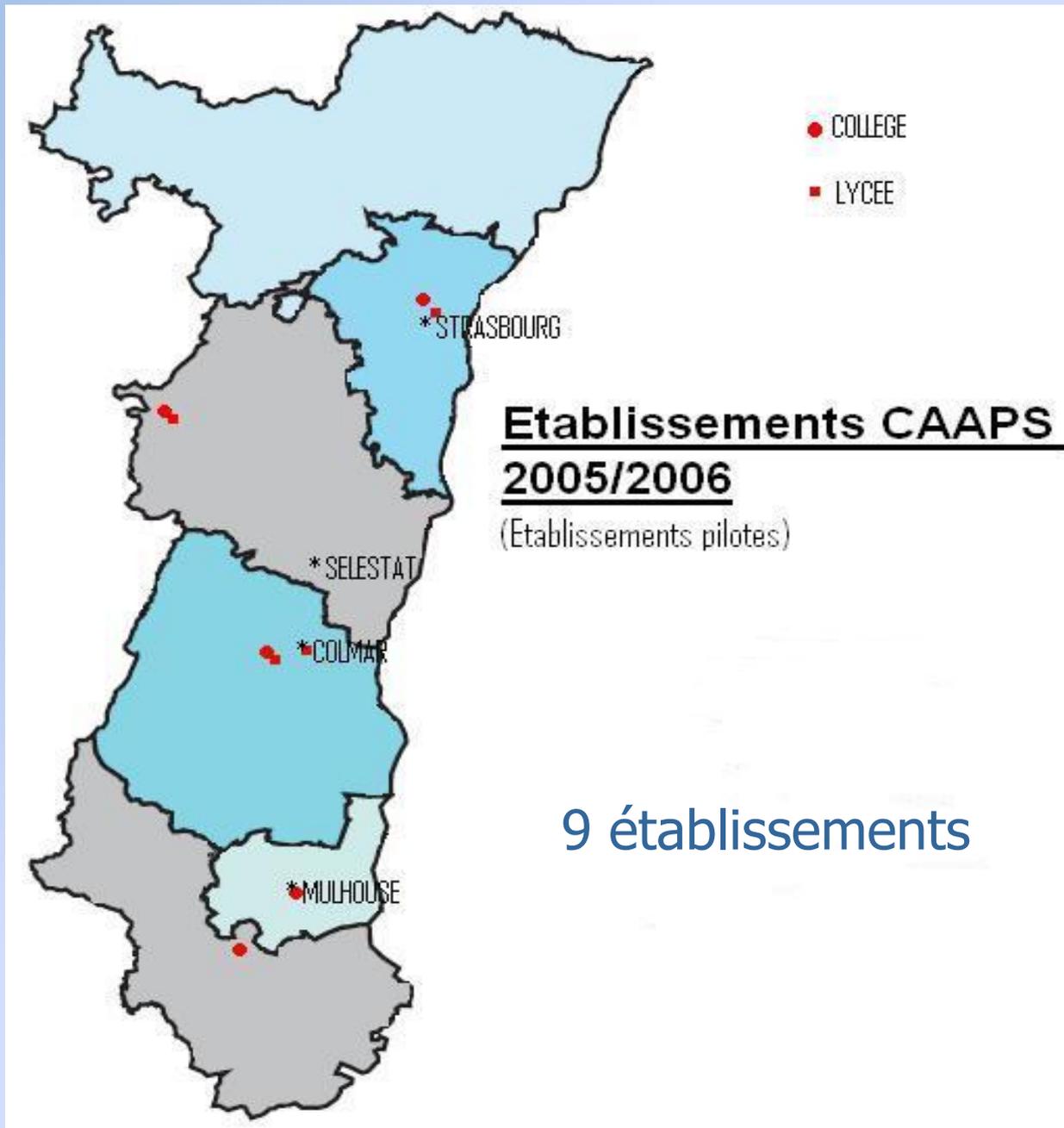
### Des objectifs

- Participer à la diminution de la prévalence du surpoids et de l'obésité chez les jeunes alsaciens.
- Prévenir l'apparition des maladies cardio-vasculaires.

## Les différentes étapes en ce qui concerne les 9 établissements pilotes

- 1) analyse de la situation de départ auprès de 9 établissements pilotes (analyse stocks (01-05), sets (03-05), questionnaires(04-05) personnel de santé dépistage et actions (03-05)
- 2) mise en œuvre des actions (de janvier à juin 06)
- 3) évaluation finale de 03-06/07 pour les questionnaires élèves et sets de table et juin 08 pour les stocks

# Cartographie 05-06



# **Première étape:** **état des lieux de l'offre alimentaire**

## **□ Objectif :**

analyse de l'offre en restauration scolaire au niveau des 9 établissements pilotes

## **□ Méthode :**

quantification des différents groupes d'aliments et comparaison aux recommandations nutritionnelles

## **□ Modalités d'étude :**

o étude des stocks

o analyse de l'équilibre des menus

## □ Résultats : points à améliorer

- **sel** : apport de 3.4 g/personne (recommandations AFSSA : 2.4 à 3.2g)
  - diminuer l'apport en sel
- **huile** : apport de 20.5 mL/ personne (préconisations pour cette catégorie de population : 13 ml), principalement tournesol et arachide
  - réduire l'apport et varier sa nature
- **fruits et légumes** : quantité insuffisante
  - augmentation et diversification de l'offre en légumes et fruits
- **produits laitiers** : apport insuffisant
  - meilleure représentation des produits laitiers notamment ceux apportant plus de 150 mg de calcium

Questionnaire d'évaluation des connaissances nutritionnelles

Nom de l'établissement : \_\_\_\_\_

Classe : \_\_\_\_\_

Sexe : Masculin  Féminin  Année de naissance : 2000

Tu es : Étudiant  D'après personnel  Étienne

**1. La composition qualitative des aliments**

Question 1.1 : Les aliments contiennent principalement 3 types d'éléments (à se nommer les nutriments) : les protéines, les glucides et les lipides. Retrouve le rôle de ces éléments en entourant PROTÉINES, LIPIDES ou GLUCIDES pour chacun des rôles (une seule réponse possible)

Rôle	Protéines	Lipides	Glucides
Énergie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Structure	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Régulation	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Transport	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Question 1.2 : Certains aliments contiennent aussi des minéraux, comme par exemple le magnésium. Entoure un ou plusieurs minéraux (au) présents dans les aliments

Aliments	Magnésium
Le pain	<input type="checkbox"/>
Le lait	<input type="checkbox"/>
Le riz	<input type="checkbox"/>
Le poisson	<input type="checkbox"/>
Le sucre	<input type="checkbox"/>
Le chocolat	<input type="checkbox"/>
Le miel	<input type="checkbox"/>
Le jus de fruits	<input type="checkbox"/>
Le vinaigre	<input type="checkbox"/>
Le sel	<input type="checkbox"/>
Le café	<input type="checkbox"/>
Le thé	<input type="checkbox"/>
Le sucre	<input type="checkbox"/>
Le miel	<input type="checkbox"/>
Le jus de fruits	<input type="checkbox"/>
Le vinaigre	<input type="checkbox"/>
Le sel	<input type="checkbox"/>
Le café	<input type="checkbox"/>
Le thé	<input type="checkbox"/>

Question 1.3 : Les aliments contiennent aussi des vitamines. Quelles vitamines trouve-t-on dans les aliments ci-dessous :

# Première étape: état des lieux des connaissances des élèves

## Objectif

**Améliorer les connaissances des élèves en matière d'équilibre alimentaire et d'activité physique.**

## Méthode

Questionnaires auprès des élèves de 5<sup>ème</sup> des établissements pilotes: 380 réponses

## Des constats en ce qui concerne:

- Les protéines, glucides, lipides
  - Les groupes d'aliments
  - Les modes de préparation
    - Repas équilibré
    - Capital santé
- Place de l'activité physique au quotidien

# Première étape: état des lieux des comportements des élèves



## ❑ Objectifs

- Favoriser la pratique d'une activité physique régulière.
- Réfléchir avec les adolescents autour des habitudes alimentaires bénéfiques pour la santé (petit-déjeuner, prise alimentaire en dehors des repas, composition du repas...)

## ❑ Méthode

- Questionnaires auprès des élèves de 5<sup>ème</sup> des établissements pilotes: 380 réponses
- Sets de table (2153)

## ❑ Des constats en ce qui concerne:

- La composition du petit déjeuner
- La consommation de fruits et légumes
- La consommation des produits laitiers
- La pratique d'une activité physique
- Le temps passé devant les écrans
- Collation 10h et 16h

# Première étape: état des lieux des pratiques professionnelles



## ❑ Objectif

**Harmoniser les pratiques des personnels de santé scolaire en matière de dépistage et de suivi**

## ❑ Méthode

Questionnaire auprès des infirmières scolaires des 9 établissements Pilotes (pratiques professionnelles, difficultés rencontrées, besoins de formation...)

## ❑ Constats

L' utilisation de l'IMC n'est pas systématique

Forte demande de mise à disposition de documents à remettre aux familles, à l'élève.

Difficultés d'aborder les élèves présentant des troubles des comportements alimentaires

## **Deuxième étape: Actions auprès des personnels de restauration**

### **□ 2005-2006**

une journée de formation réunissant tous les établissements pilotes

#### **Thèmes abordés :**

composition des repas

fréquence alimentaire et équilibre journalier (GPEMDA)

qualité nutritionnelle et choix des corps gras, des produits laitiers

préparation et mise en valeur des légumes.

### **□ 2006-2007**

une journée de formation par département

#### **Thèmes abordés :** idem 05-06

+ valorisation de certains aliments (poisson, abats, produits laitiers)

Journée basée sur les échange d'expériences



## **Deuxième étape Actions auprès des élèves dans les 9 établissements pilotes**

Environ 4000 élèves ont bénéficié d'actions:

2800 élèves demi-pensionnaires

1200 élèves dans le cadre d'interventions



# Deuxième étape

## Actions auprès des élèves

### 5 actions en moyenne par établissement

#### ❑ **Théoriques** : 19 actions

Groupes aliments, équilibre nutritionnel...

Activité physique et nutrition

Lecture d'étiquette

Analyse critique de la publicité

#### ❑ **Pratiques** : 15 actions

Visite de marchés locaux de fruits et légumes.

Découverte des variétés de pommes.

Réalisation de petits déjeuners et goûters équilibrés

Modification de la collation matinale

#### ❑ **Expression** : 12 actions

Réalisation d'affiches

Réalisation d'une pyramide alimentaire (arts plastiques)

Décoration de self

# Deuxième étape

## Actions auprès des personnels de santé

### **Formation**

- 1 journée proposée aux médecins et infirmières (15 participants)

### **Thèmes abordés**

- Equilibre alimentaire et équivalences
- Les apports nutritionnels conseillés et le niveau d'activité physique
- Protocole et dépistage et conseil minimal
- Orientation et réseau

### **Limites / points forts**

- Echange de pratiques
- Apport nouveau de connaissances
- Prise en charge après dépistage
- Etendre aux troubles du comportement alimentaire

# Evaluation des processus

## ❑ Actions réalisées/ prévues:

100% actions réalisées (restauration, santé, équipe d'établissement)

90% actions réalisées en direction des élèves

50% actions réalisées en direction des familles

## ❑ Actions non réalisées , motifs

Soirée d'information auprès des parents concernant l'alimentation => mobilisation difficile

1 lycée n'a pas réalisé d'actions élèves hors demi-pension (Pb emploi du temps)

## ❑ Problèmes rencontrés

Trouver dans l'emploi du temps des créneaux consacrés aux activités notamment activités physiques (infrastructure et personnel)

Mobilisation des équipes fluctuante

Manque d'un support préétabli pour informer les familles

## ❑ Modalités de gestion des problèmes

Réalisation d'un support d'information en direction des familles

Elaboration d'un calendrier annuel pour le projet de l'établissement

# Evaluation des processus

## ❑ Points forts

Recrutement d'un diététicien

Pluridisciplinarité

Mobilisation des équipes de restauration

Idées et actions très diverses

Forte implication des personnels infirmiers (personne référente et souvent coordinatrice)

## ❑ Points faibles

Echanges et rencontres avec les familles

Difficulté à développer les actions liées à l'activité physique (responsabilité, créneaux horaires, sécurité, pause méridienne)

# Evaluation des résultats

## Offre en restauration scolaire

- ❑ **Sel**: 27% de réduction
- ❑ **Huile** : 20% de réduction  
diversification des huiles : colza, olive, soja
- ❑ **Fruits et légumes** : en moyenne augmentation de la part proposée, diversification des présentations
- ❑ **Produits laitiers** : systématisation

# Evaluation des résultats

## □ Connaissance des élèves

Ils connaissent davantage :

- Les groupes d'aliments
- Les nutriments, vitamines et minéraux.
- L'équilibre alimentaire

Ils distinguent mieux les différentes matières grasses

Ils ont intégré le message préconisant 30 minutes d'activité physique par jour

Ils ont plus conscience qu'ils construisent leur capital santé à l'adolescence

## □ Conclusions pour la suite

Impact positif des actions

Intérêt et complémentarité avec l'équipe pluridisciplinaire de l'intervention d'un diététicien

L'amélioration du niveau de connaissance augmente la capacité pour les élèves de faire des choix

# Evaluation des résultats

## ❑ Comportements des élèves

Au niveau des comportements, il n'y a pas eu de changements significatifs.

## ❑ Il ne faut pas oublier que:

Comme pour tout changement comportemental, il faut du temps et les habitudes alimentaires se construisent autour d'interactions multiples

## ❑ Par contre le projet CAAPS permet:

- d'agir sur l'offre alimentaire au sein de l'établissement scolaire...
  - choix dirigé
  - amélioration de la qualité nutritionnelle des collations proposées
- de participer à l'amélioration de l'environnement scolaire (intégration des projets territoriaux)

# Dépistage et prise en charge

- Nombre d'élèves dépistés
- Nombre d'élèves en surpoids et obésité
- Suivi des élèves
- Protocoles mis en place

Elèves de 6<sup>ème</sup> vus en dépistage infirmier systématiquement

IMC calculé de façon systématique

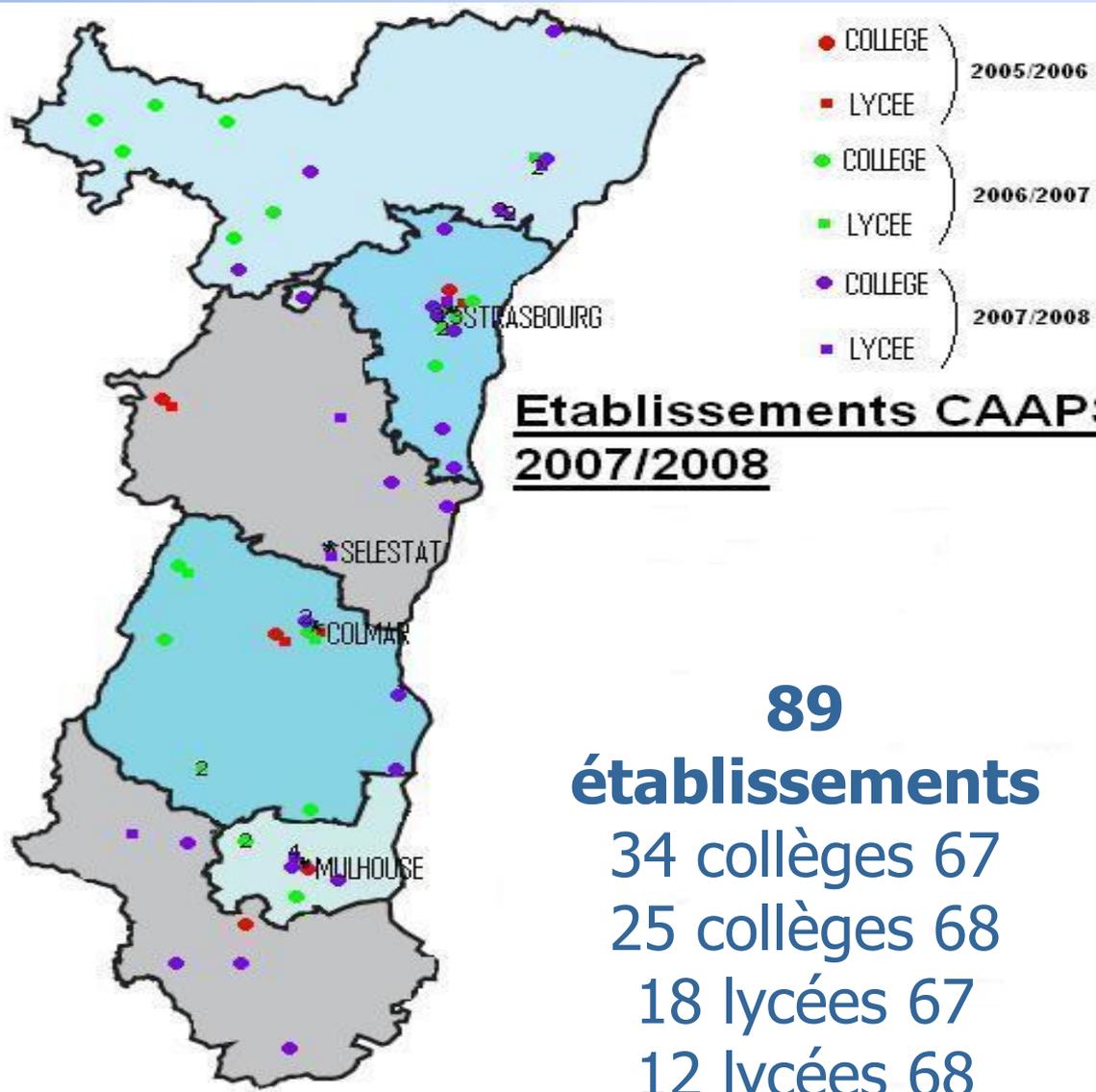
Documents et protocole harmonisés à l'ensemble de l'académie (CPAM Mulhouse et IA 68)



# CAAPS

## Comportements Alimentaires des Adolescents : le Pari de la Santé !

ET SA PROGRESSION



**89**  
**établissements**  
34 collèges 67  
25 collèges 68  
18 lycées 67  
12 lycées 68

# UNE TELLE ENVERGURE GRÂCE AU MULTI-PARTENARIAT

Financier

D'intervention



En cours de convention



1 équipe d'une vingtaine de diététiciens



Lycée J. Rostand

# C'EST TOUJOURS 5 CHAMPS D'INTERVENTION



Les élèves



Les personnels de restauration



Les personnels de santé



Les équipes pluridisciplinaires des établissements



Les familles

# QUELQUES EXEMPLES D'ACTION

# COLLÈGE



## FIAN DE LEGUMES

*Mia*

**Ingredients**

- 200 g légumes coupés en dés (brocoli, courgettes, maïs...)
- 1 paquet de nouilles/mi-cuit avec 1 légume.
- 50 cl crème fraîche.
- 1 cuillère à soupe de moutarde.
- 1 œuf.
- 20 g de fromage râpé.

**Technique**

- Disposer les légumes dans les empreintes et verser la sauce et ajouter le mélange de crème/moutarde.
- Cuire au four pendant 30 min, sur 200°C.

*Christophe 4/11*

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9  
geh ins Gassle nin  
im Gassle isch e Hüb  
im Hüb isch e Boim  
im Gassle isch e Boim

im Boim isch e Necht  
im Necht isch e Al  
im Al isch e Duedler  
im Duedler isch e Haas  
im Haas isch e Nas

**Ingredients**

- 100 g légumes coupés en dés (brocoli, courgettes, maïs...)
- 1 paquet de nouilles/mi-cuit avec 1 légume.
- 50 cl crème fraîche.
- 1 cuillère à soupe de moutarde.
- 1 œuf.
- 20 g de fromage râpé.

**Technique**

- Disposer les légumes dans les empreintes et verser la sauce et ajouter le mélange de crème/moutarde.
- Cuire au four pendant 30 min, sur 200°C.

## PALETS AUX RAISINS

*Diamba*

**Ingredients**

- Sauce 115 g
- Sauce 400g
- Saucis 2
- Saucis 150g
- Saucis 125g
- 1/2 litre soja

**Technique**

- Chauffer les saucis à feu.
- Sauce 4 saucis en moule.
- Ajouter soit 1 saucis soit 2 saucis.
- 180°C 10 min.

*Christophe 4/11*

*Penine Caroline 6'3*

" Zum Celeri, zum Celeri, zum Celeri Salat.  
Um wenn ich mit die Döchter kose  
Dann bist ich de Maal  
Dreh dich emol rum un sei nicht so dummi  
Zum Celeri, zum Celeri, zum Celeri Salat  
Katharinische, Philipbrinische  
mach Celeri Salat  
Hilf Ose Kümme de Trüex  
Mit em Sahubbaache gujah  
Dreh dich...  
Peterwille, Peterwille  
Um Peterwille Salat  
Ich darf dich mit bewee  
Mimi Muder hat dich eat  
Dreh dich...  
Zum Celeri, zum Celeri, zum Celeri Salat.  
Mim Schabzele isch Krihke  
Un ich ess de Salat  
Dreh dich... "

# ERSTEIN



# COLLÈGE BERLIOZ COLMAR

**Partenariat avec la MFA** (Accompagnement du projet de l'établissement, coordination des actions...)

Approche théorique sur le pique nique équilibré par la diététicienne (5<sup>ème</sup>)

Organisation de 3 sorties géologie avec le pique nique équilibré et en parallèle une course d'orientation organisée par un prof d'EPS ( 3 thèmes abordés en une sortie : bouger, manger et géologie)



# COLLÈGE TWINGER STRASBOURG

Café scientifique animé par une diététicienne et une psychologue

Rencontre parents/diététicienne en collaboration avec le centre social Koenigsoffen

Séances d'animation autour de la publicité en collaboration avec l'ISAA

# AFFICHES RÉALISÉES PAR LES ÉTUDIANTS DE LISAA

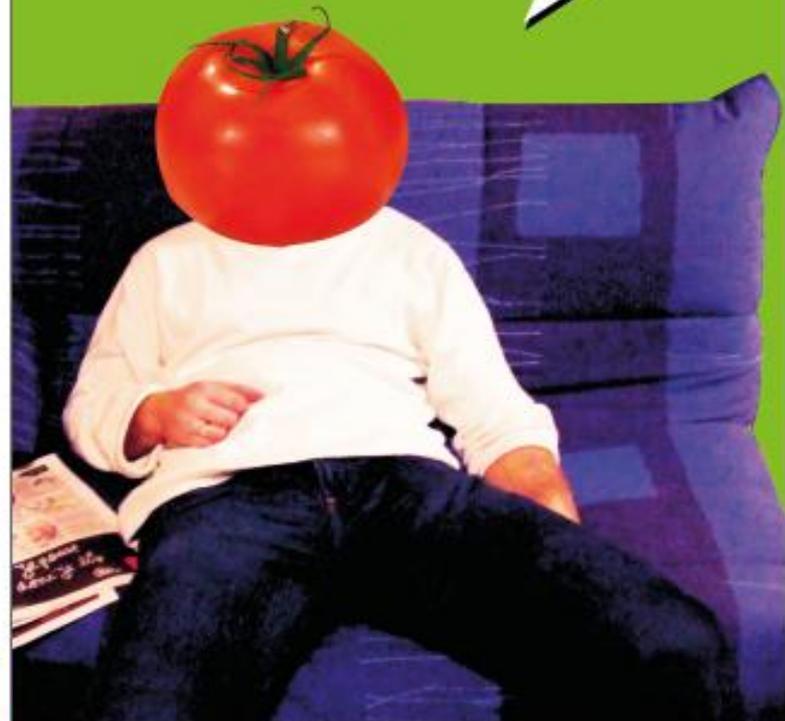
5, 4, 3, 2, 1...



Prenez soin de votre santé.  
Mangez équilibré!

Lutte contre l'obésité infantile

Manger des légumes te fera  
pas en devenir un...





# LYCÉE SCHWILGUÉ SÉLESTAT

Actions au self (Affichage du menu, pictogrammes, présence diététicienne)  
Passage de spots prévention INPES sur l'écran plasma du foyer

Promotion de l'action au self par des élèves de BTS technico-commercial

Soirées débat à l'internat : groupes de paroles autour du comportement alimentaire

organisation d'un bar à cocktail à base de fruits bio

# THÉÂTRE

(LYCÉE J.ROSTAND STRASBOURG)

ELEVES MME PODEVIN PROFESSEUR BTS DIÉTÉTIQUE



« Le Procès de la Malbouffe » »

Diffusion de la pièce  
Ateliers nutrition  
Ateliers découvertes activités sportives ludiques



# LES POINTS FORTS

Codification couleur



Préconisation choix dirigé

Réseau de partenaires



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
<b>Entrées</b>	Tarte au poireau ou Carottes râpées ou Terrine de Légumes ou Saucisse à l'ail	Friand à la viande ou Taboulé ou Pâté de foie	Pâté en croûte ou Tomate au surimi	Salade de thon ou œufs vinaigrette ou raifs beurre ou concombre à la crème	Salade de jambon/gruyère ou Salade d'endives aux noix ou panemousse au sucre
<b>Viande</b>	Spaghetti bolognaises sauce tomate	chipolatas	gigot d'agneau	coq au vin	Quenelle de brochet sauce aurore ou Filet de brochet au beurre blanc
<b>Légumes</b>	Printanière de légumes salade	lentilles vertes ou gratin de chou-fleur salade	Flageolets ou tomates à la Provençale salade	Pêches ou Endives étouffées au beurre salade	Ebly ou Celeri persillé salade
<b>Desserts</b>	Tarte au chocolat ou Compote de pomme - petits gâteaux ou pêche meba ou Fruit - fromage	génévoise au chocolat ou Etréméti pistache - fruit yaourt - petits gâteaux	Paris-brest ou Baignet aux abricots ou Yaourt - fruit	Pomme au four ou Cheu à la crème ou Mousse au chocolat ou Fruit - fromage	Crème brûlée - petits gâteaux ou Café aux fruits ou glace - gaufrettes

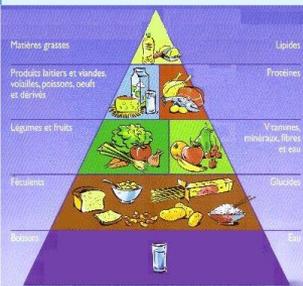
**Bon appétit !**

Analyse des menus  
et GEMRCN

1 équipe de 16 diététiciennes



Intégration dans la  
politique régionale de santé



Action à long terme



Evolutivité

# LES PERSPECTIVES



Projet de collaboration avec l'EPMM, afin de développer la pratique d'activités sportives ludiques dans le cadre de l'accompagnement éducatif



Intégration systématique des projets CESC en réseau d'établissements incluant le 1<sup>er</sup> degré



Poursuite de l'accompagnement des équipes de restauration par une diététicienne référente (systématiser le choix dirigé et l'application des recommandations du GEMRCN).  
Propositions de plans alimentaires aux équipes de cuisine et élaboration de fiches techniques.

Intégration au sein de projets territoriaux (Obernai-Sélestat)

# CARTOGRAPHIE CAAPS 08-09

