

« Le petit déjeuner : un grand repas pour bien démarrer la journée »

Mise en place par la Direction Santé Familles Environnement, cette action s'inscrit dans le cadre de la promotion de la santé et l'accompagnement à la fonction parentale.

Elle s'intègre à la politique d'éducation pour la santé développée par la Ville de Valence.



Année 2012

Ecole Brossolette – rue Jean Perrin

Sommaire

1.....	Rappel des objectifs	Page 03
2.....	Public cible	Page 03
3.....	Evaluation quantitative	Page 04
4.....	Evaluation qualitative	Page 05
5.....	Partenariat	Page 08
6.....	Budget	Page 09
7.....	Perspectives	Page 09



Rappel des objectifs

- Travailler sur l'équilibre alimentaire et la promotion de l'activité physique auprès des enfants et des parents dans le cadre de la lutte contre l'obésité et la promotion de la santé en général en proposant aux enfants et aux parents un petit déjeuner équilibré. La Ville des Valence est « Ville Active PNNS »
- Proposer aux parents un espace de parole au sein de l'école de leur enfant sur des questions d'éducation (alimentation, mais aussi sommeil, rythmes de vie, autorité....)
- Permettre aux parents d'identifier des personnes ressource de proximité
- Valoriser les compétences éducatives des parents au travers du groupe de parole
- Rapprocher les parents à la fois du milieu scolaire mais aussi des professionnels de santé qu'ils peuvent rencontrer dans un autre cadre que celui du traditionnel bilan de santé

Public cible

Les parents et les enfants de l'école Brossolette, sur le quartier du Plan : 1 classe de CE1 (24 élèves) – 2 classes de CP (14 élèves – 14 élèves) – 2 classes de MSGS de maternelle (21 élèves – 21 élèves)

ÉCOLE BROSSOLETTE

Un petit-déjeuner équilibré

Le petit déjeuner, un grand repas pour bien démarrer la journée". À l'école Brossolette, ce mardi matin, c'était petit-déjeuner en commun pour les enfants de maternelle, mais aussi pour leurs parents qui ont partagé ce moment convivial pour discuter entre eux, et avec des professionnels, de la conception et des bienfaits d'un petit déjeuner équilibré.

"Ce petit-déjeuner sera suivi vendredi matin d'une rencontre avec les parents intéressés pour parler du petit-déjeuner mais aussi de l'alimentation en général mais tout autre sujet pourra également être abordé et débattu" précise Chantal de Kermel, responsable familles à la ville de Valence.

Etalés sur 8 séances, ces petits-déjeuners servis à l'école, concernent près de 160 enfants et 80 parents. Ils ont pour objectif de travailler sur l'équilibre alimentaire mais plus globalement de lutter, avec une activité physique appropriée contre l'obésité et de faire la promotion de la santé en général. □



Pain, fromage, lait, fruits, confiture, les enfants se sont régalés de ce petit-déjeuner préparé à leur intention.

DL 04.05.12

Evaluation quantitative

27/02/12		05/03/12	
CE1 - D ROUSSEL		CP - I BUIS et C SALGADO	
ENFANTS	PARENTS	ENFANTS	PARENTS
24	3 parents dont 1 papa (Retour de vacances)	28	10 parents + 1 ado + 1 enfant en bas âge
Professionnels : animatrices enfances MPT Plan Maguy Matossian - DSFE Chantal de Kermel - DSFE Marie-Line Beaupoil - IREPS Vincent Lacaes - D3ES		Professionnels : animatrices enfances MPT Plan Maguy Matossian - DSFE Chantal de Kermel - DSFE Marie-Line Beaupoil - IREPS Laurence Chovin - CMS Pagnol Florence Goyard - SRE	

09/03/12		12/03/12	
CE1 - D ROUSSEL		CP - I BUIS et C SALGADO + 2 stagiaires	
ENFANTS	PARENTS	ENFANTS	PARENTS
21	3 parents dont 1 papa	28	7 parents dont 1 papa et 1 enfant en bas âge
Professionnels : animatrices enfances MPT Plan Maguy Matossian - DSFE Chantal de Kermel - DSFE Amandine Lagier - CMS Pagnol Gaëtan Hamon - Educ de prévention Jérôme Martin - Responsable cuisine municipale Saliha Malandran - MPT du Plan		Professionnels : animatrices enfances MPT Plan Maguy Matossian - DSFE Chantal de Kermel - DSFE Marie-Line Beaupoil - IREPS Elisabeth Michel - CMS Pagnol Annie Boisson - Conseil général Gaëtan Hamon - Educ de prévention	

19/03/12		26/03/12	
MSGS - M GAUBERT		MSGS K SELLITO	
ENFANTS	PARENTS	ENFANTS	PARENTS
20	12 parents dont 1 grand-mère + 3 enfants en bas âge	20	11 parents dont 1 papa +1 enfant en bas âge
Professionnels : animatrices enfances MPT Plan Maguy Matossian - DSFE Chantal de Kermel - DSFE Marie-Line Beaupoil - IREPS Elisabeth Michel - CMS Pagnol Delphine Lepinay - CAF		Professionnels : animatrices enfances MPT Plan Maguy Matossian - DSFE Chantal de Kermel - DSFE Marie-Line Beaupoil - IREPS Amandine Lagier - CMS Pagnol Saliha Malandran - MPT Plan Gaëtan Hamon - Educ de prévention Ouahiba HAMMADI-KOURTAL - CS Le Tambour	

02/04/12		03/04/12	
MSGS - M GAUBERT		MSGS K SELLITO	
ENFANTS	PARENTS	ENFANTS	PARENTS
21	11 parents dont 1 grand-mère	20	12 parents
Professionnels : animatrices enfances MPT Plan Maguy Matossian - DSFE Marie-Line Beaupoil - IREPS Laurence Chovin - CMS Pagnol Noëlle Si-Tayeb - responsable CLAS MPT Plan		Professionnels : animatrices enfances MPT Plan Maguy Matossian - DSFE Chantal de Kermel - DSFE Marie-Line Beaupoil - IREPS Delphine Lepinay - CAF Annie Boisson - Conseil Général	

Nombre de parents présents sur le groupe de parole

Tous les parents sont restés aux groupes de parole. Certains, en fonction de leurs obligations ont dû partir en cours de discussion.



Evaluation qualitative

Evaluation par les enfants:

- Une évaluation à la fin de chaque séance a été proposée aux enfants sous forme de gommettes de couleurs à coller en face de chaque aliment pour dire ce qu'ils ont aimé ou non.
- Les laitages et surtout le fromage à pâte cuite (genre emmenthal) ont été très appréciés.
- Le lait, les yaourts, le pain et les fruits ont aussi été bien consommés.
- La confiture a été le moins appréciée.
- Tous les enfants ont bien mangé, pour certains avec la découverte d'aliments sur un autre repas que le repas habituel.
- Le conditionnement des aliments en petites portions individuelles est très apprécié par les enfants
- Les parents ont bien respecté la consigne de ne pas faire déjeuner les enfants avant.



Evaluation par les parents - Appropriation de l'espace de parole :

- Les parents se sont beaucoup investis dans cet espace.
- Ils ont apprécié de pouvoir se poser pour déjeuner, chose qu'ils ne peuvent pas toujours faire à la maison. Tous les aliments proposés ont été appréciés.
- Beaucoup sont étonnés de voir leur enfant manger avec appétit.
- Ils ont noté des changements sur le temps de petit déjeuner entre les 2 séances de la part des enfants, mais aussi de leur part. Plusieurs d'entre eux nous ont dit avoir changé leur façon de faire à la maison.
- Ils sont volontiers restés pour continuer les échanges sur l'alimentation mais aussi sur les questions d'éducation en général. Cet espace de parole a pleinement joué son rôle de lieu de réflexion mais également d'échanges de savoirs, les parents partageant leurs astuces et leurs connaissances.
- Des thématiques très variées ont été abordées. Certaines ont pu trouver une réponse immédiate, plusieurs semblent intéressantes à réinterroger.
- Les échanges ont eu lieu dans le respect des personnes et de la parole de chacun. La présence des professionnels de proximité a été très appréciée.
- 26 parents ont donné leurs coordonnées pour poursuivre les échanges sur la MPT du Plan. Ils sont demandeurs de lieux pour échanger dans ou hors l'école.

Evaluation par les enseignants

- Bilan très positif de l'équipe enseignante. Leur premier ressenti est que cette action montre une volonté de faire quelque chose d'utile et dans la continuité.
- Les enfants font beaucoup de retours en classe : consomment de nouveaux aliments, déjeunent davantage à la maison
- Les enseignants ont l'impression qu'il y a eu une évolution dans les pratiques alimentaires, ce qui peut permettre d'envisager de la part des parents une collation sous forme de fruit telle que le préconise l'école et le PNNS.
- La diététicienne est passée dans les classes de CP et de CE1. Son intervention a été appréciée. Les outils sont adaptés aux enfants. Il est demandé qu'elle passe sur toutes les classes, même les maternelles.
- Les temps avec les parents sont aussi appréciés, cela permet de les approcher différemment et de faire passer des messages. La disposition de la salle avec les enfants à proximité mais pas avec les parents est rassurante et propice aux échanges.

- L'équipe souhaiterait pouvoir reconduire l'action avec les mêmes groupes classe pour évaluer l'évolution des comportements alimentaires d'une année sur l'autre. Nous réfléchissons à voir sous quelle forme.
- L'information devrait être faite en septembre pour une meilleure implication des enseignants et des parents.
- Ils pensent aussi qu'espacer les séances serait intéressant, cela permettrait entre les 2 séances un passage de la diététicienne en classe et de mieux évaluer l'impact du premier petit déjeuner.

Evaluation par l'ensemble des partenaires lors de la réunion bilan du 11 juin

- La richesse des partenariats établis autour de cette action permet d'approcher les objectifs fixés. L'investissement et la mobilisation active de chacun y contribue.
- La présence des animatrices périscolaires facilite le temps de petit déjeuner avec les enfants, elles ont un rôle de relais car elles remarquent les comportements des enfants, font passer des messages de prévention. Elles sont reconnues par les parents ce qui facilite la mise en confiance.
- Le choix a été fait d'avoir sur chaque séance une professionnelle de la DSFE, en plus de la diététicienne pour une meilleure cohérence du projet. Il y a donc eu quelques séances où il y avait beaucoup de professionnels.
- Les échanges avec les parents, venus nombreux ont été riches et intéressants.
- Cette action permet aussi aux différents professionnels de proximité de mieux se connaître et peut-être de conforter un réseau auprès des parents.
- Une rencontre préalable avec la diététicienne et la cuisine municipale est à organiser pour s'accorder sur les aliments proposés
- Il serait intéressant que les parents puissent avoir un petit répertoire des adresses utiles dans le quartier (CMS, MPT, CAF, ...)
- L'intervention dans les classes de la diététicienne pourrait avoir lieu plus en amont pour une sensibilisation avant les petits déjeuners et plus en accord avec le travail développé en classe par les enseignants.

Quels changements des comportements alimentaires l'action a-t-elle produit ?

- Les parents constatent que leurs enfants mangent plus facilement dans ce cadre à l'école, même des aliments qu'ils refusent à la maison. L'effet de convivialité provoqué par le groupe favorise la dégustation de produits peu utilisés comme le fromage ou les fruits.
- Des parents ont constaté un changement d'attitude à la maison par rapport à la consommation d'un petit déjeuner équilibré et d'un message incitatif donné aux frères et sœurs et même aux papas.
- Les enfants ont demandé aux parents d'avoir des aliments qui étaient proposés lors des séances.
- Les mamans préfèrent souvent pour les plus petits le biberon, c'est l'assurance d'un petit déjeuner. Elles disent avoir des difficultés au moment du passage à un petit déjeuner à table.
- Les fruits ne sont souvent pas présents sur les tables des petits déjeuners.
- De nombreux enfants disent consommer des céréales, du Nutella au petit déjeuner. Plusieurs parents ont changé les habitudes en proposant pain, confiture et/ou miel.
- Certains ont changé leur comportement sur ce temps de petit déjeuner : dresser la table, s'asseoir avec les enfants, les laisser se servir....

Thématiques abordées sur l'espace de parole

➤ Alimentation :

Découverte ou redécouverte des goûts en cuisinant autrement
Comment faire manger des légumes : crudités, légumes secs....

Goûter équilibré

Repas équilibré

Diversité des petits déjeuners : sucré / salé

Allaitement et biberon

L'évolution des goûts des enfants avec l'âge

Temps du petit déjeuner pas toujours facile : petit déjeuner à la demande des enfants – manque de temps de la part des parents – parents qui ne déjeunent pas

Le réfrigérateur en libre-service

Les boissons : boissons sucrées, eau (bouteille ou robinet),

➤ Autres thématiques :

Le poids des enfants petits ou grands

Le temps des devoirs

Le rôle des parents dans l'apprentissage de la sexualité

Inquiétude de la réussite scolaire dès le CE1 : résultats scolaires et passage au collège

Violence à l'école
Loisirs des enfants – Coût des activités
Vacances et loisirs en famille
Pédibus
La place de la télévision
Les questions d'autorité
La relation fusionnelle parent/enfant
Le partage des tâches à la maison
Activités physiques
Les questions de santé en général
Connaissance des partenaires de proximité : CMS – CAF – MPT – Service de prévention – Conseil Général
Fonctionnement de l'école et de l'accompagnement individuel proposé
Le sommeil

➤ **Trucs et astuces :**

Prendre le temps de s'asseoir avec les enfants
Faire le marché avec eux
Avoir un jardin
Cuisiner ensemble
Trouver des présentations amusantes pour les enfants
Elaborer les menus ensemble

Organisation

➤ **Organisation générale**

Les délais pour la mise en place et la réalisation de l'action furent un peu courts. La diététicienne de l'IREPS a dû jongler avec son agenda pour être présente le plus possible. Merci à elle.

Une réunion préparatoire avec les partenaires n'a pu avoir lieu à cause des délais courts.

Nouveau : partenariat avec la maison de quartier de proximité

Pour être le plus efficace possible sur les objectifs, nous avons souhaité travailler en proximité avec la MPT du Plan. Une réunion préparatoire a eu lieu avec les animatrices du périscolaire et du secteur enfance de la MPT du Plan. Cette rencontre s'avère très importante pour les sensibiliser à une consommation alimentaire équilibrée, sans rajout de sucre systématique par exemple.

La participation active des animatrices auprès des enfants a permis des déjeuners dans le calme et de discuter avec les enfants par petits groupes.

La présence d'une animatrice du secteur familles a permis de faire le lien avec la MPT pour la poursuite de l'action

Nous remercions la MPT du Plan pour son investissement qui a permis de répondre à nos demandes

➤ **Fournitures – Denrées**

- Nous remercions la cuisine municipale pour son investissement et sa participation active
- Nous avons dû insister pour avoir des fromages à pâtes cuites et non à tartiner. De même, les jus de fruits sont vraiment à bannir, il est préférable d'avoir des fruits de saison.
- Les dosettes de cacao sont très sucrées et concentrées, nous avons fait le choix de préparer des thermos dans lesquels nous avons mis 2 dosettes pour 1 litre de lait. L'an prochain, nous serons vigilants à demander des produits bios (yaourts, pain,...) et du cacao moins sucré si possible.
- Nous avons limité le sucre au maximum en n'en proposant pas systématiquement avec les yaourts.
- Les fruits ont été très appréciés. Les pommes, poires et oranges coupées en morceau. Pour les oranges, il sera préférable de les ouvrir en quartiers.
- Il serait intéressant de réfléchir à proposer du salé l'an prochain.

➤ **Mise en place - déroulement de la séance**

- Nous remercions le personnel de restauration scolaire pour son investissement et sa participation active
- La configuration de la salle a permis que parents et enfants soient dans des espaces différents bien définis mais laissant une vision des uns et des autres. Les parents pouvant voir ce que mangeaient les enfants, les enfants étant rassurés de voir leurs parents à proximité.
- Un bémol pour les tables rondes qui rendent difficiles l'installation de grands groupes.
- La présence des adultes, en plus des animatrices périscolaires, auprès des enfants est à généraliser.
- Il est primordial que la diététicienne discute avec les enfants à table pendant le temps de petit déjeuner.

➤ **Tables des parents**

- Bien penser à faire un tour de table
- Présentation des partenaires
- Prévoir un memento d'adresses ressources sur le quartier et hors du quartier
- Rappeler aux enseignants d'être vigilants à ne pas parler scolarité en particulier avec un parent.
- Les animatrices ont été attentives à ce que le groupe reste ouvert, et qu'il n'y ait pas trop de discussions en aparté.
- Etre vigilants à ne pas être en consultation privée avec un parent, mais plus sur l'orientation vers un partenaire adapté.

➤ **Documents**

Les parents ont apprécié d'avoir des documents à disposition qui servent de support à une discussion

Documents INPES

9 repères pour manger mieux et bouger plus
Plaquette : Manger, bouger, c'est la santé
Guide alimentaire : la santé vient en mangeant
Enfant et le jeu
Bambin et environnement

Documents Ville de valence

Plaquettes : Prévention des accidents domestiques
Aidez-moi à grandir
L'enfant et le jeu
Le bambin et son environnement
Point relais Oxygène
Espace santé Jeunes
Plaquette du centre de vaccinations

Autres documents

Plaquettes sur les vaccinations : coqueluche – ROR

Partenariat

La richesse des partenariats établis autour de cette action permet d'approcher les objectifs fixés.
L'investissement et la mobilisation active de chacun y contribue.

L'IREPS : présence d'une diététicienne sur les temps petits déjeuners - Intervention en classe auprès des enfants.

La CAF : participation d'une conseillère ESF aux séances - Financement

Le Conseil Général : 2 assistantes sociales, 1 infirmière PMI, et 1 infirmière de santé publique

La médecine scolaire n'a pu se libérer cette année, l'action ayant été proposée tardivement.

La Direction Enfance-Education-Enseignement Supérieur de la Ville de Valence : mise à disposition du personnel de restauration, fournitures des denrées.

La Direction de la Proximité de la Ville de Valence : mise à disposition d'animatrices de la MPT du Pan – participation du Service Prévention.

Merci à chacun de son investissement dans cette action

Budget

DEPENSES		RECETTES	
Denrées	213,68	Subvention CAF	1 200,00
Intervenant extérieur IREPS	1500,00	Atelier Santé Ville	513,68
Personnel	2000,00	Ville de Valence	2000,00
TOTAL	3713,68	TOTAL	3713,68

Perspectives

Cette action, reprise par le Service Familles du Pôle Promotion de la santé de la DSFE, en lien avec la technicienne en charge de la nutrition dans le même pôle, après le départ des coordonnatrices des années précédentes, a été réalisée dans des délais relativement courts pour tout le monde.

La mobilisation de tous les acteurs a permis qu'elle approche les objectifs fixés.

L'action amorce des changements de comportements alimentaires au sein des familles. Suivre les mêmes enfants l'an prochain permettrait d'évaluer l'impact à long terme de ces petits déjeuners de façon expérimentale. Il reste à inventer ce prolongement peut-être avec, comme le propose le directeur de l'école, Serge Bessède, un groupe témoin d'enfants.

La première des conditions à réunir est de faire une programmation bien plus tôt dans l'année scolaire et ainsi :

- permettre aux enseignants de se mobiliser plus en amont
- permettre aux partenaires de programmer leur participation
- faciliter l'organisation générale
- avoir le temps de présenter le projet en conseil d'école
- organiser une rencontre avec tous les participants pour une culture commune.

S'appuyer sur les activités prévues par l'école les jours de petits déjeuners pour adapter notre discours lors des séances (piscine, motricité...)

Renforcer le partenariat avec la cuisine municipale en amont sur la fourniture de denrées et les propositions qui peuvent être faites en termes d'aliments proposés

Renforcer d'autres partenariats (direction des sports par exemple)

Rechercher de nouveaux financements

Reproduire l'action sur une autre école

Un des objectifs était de donner la possibilité aux parents de continuer à échanger sur les thématiques abordées pendant les 2 séances. Un groupe se constitue petit à petit à la MPT du Plan, il reste à bâtir un projet spécifique avec ces parents.