

Promouvoir la santé par la nutrition auprès des habitants du Quartier Nouvel Horizon (07)

De janvier à juin 2017



OBJECTIFS DU PROJET

- **Créer des espaces d'information, d'écoute et de rencontre avec les jeunes pour mieux répondre à leurs attentes et pouvoir les orienter vers les services existants.**
- **Renforcer la coordination entre les acteurs et les dispositifs de santé.**
- **Optimiser les actions de promotion et de prévention de la santé.**
- **Contribuer aux questionnements des jeunes concernant les déterminants de leur santé.**

CONTEXTE

En 2014, la réforme de la géographie prioritaire de la politique de la ville a permis l'entrée de la ville de Privas dans la politique de la ville.

Le quartier identifié est le quartier Nouvel Horizon qui comprend le périmètre Lancelot/Gratenas (Nouvel Horizon) soit un peu plus de 1000 habitants. La perspective était de permettre aux différents acteurs de ce quartier de faire émerger des dispositifs favorisant les échanges, l'apprentissage et la pratique d'activités physiques.

Un comité de pilotage des différents acteurs travaillant auprès du public 7 - 16 ans a été mobilisé lors de la rentrée scolaire 2016-2017. La coordination de ce comité a été réalisée conjointement avec les référents du Programme de Réussite Educative (PRE) du Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de Privas. Afin de faire émerger les besoins des enfants, le comité de pilotage a souhaité établir un partenariat particulier avec le Collège Bernard de Ventadour. Jusqu'à présent, aucune structure du quartier n'était parvenue à être intégrée de manière pérenne dans les activités proposées par cet établissement. Il apparaît que les acteurs n'ont pas pour habitude de travailler ensemble sur un projet territorialisé.

Les thématiques de l'alimentation et de l'activité physique semblaient être les points de questionnement de l'ensemble des protagonistes du territoire (enfants, parents et professionnels).

CONTENU DU PROJET

>> A DESTINATION DES PROFESSIONNELS

- Renforcer la coordination entre les acteurs et les dispositifs de santé.
- Optimiser les actions de promotion et de prévention de la santé.

TEMPS DE REUNION

Cinq réunions en présence des référentes du Programme de Réussite Educative, du principal Adjoint du Collège Bernard de Ventadour, de la diététicienne du Département, des enseignants de SVT du Collège.

DESCRIPTION

Depuis des années, les écoles ainsi que le Collège Bernard de Ventadour témoignent être confrontés à des problèmes de refus alimentaires du public qu'ils accueillent. Il s'agissait pour nous, lors des temps de réunions, de montrer l'impact des différents déterminants de santé sur les comportements alimentaires.

Dans un premier temps, ce fut l'occasion pour les professionnels de se rendre compte qu'ils n'étaient pas seuls confrontés à cette problématique. Que ce soit au collège ou à l'école primaire, les enfants n'avaient pas pour habitude de manger les plats proposés. L'ensemble des acteurs se sont accordés sur le fait que les parents peuvent contribuer à l'amélioration des comportements au sein de l'école.

PUBLIC

Professionnel de la vie scolaire du Collège Bernard de Ventadour ; Diététicienne du Département ; Référents du Programme de Réussite éducative.

BILAN

Au moyen du Café des parents, un temps d'échanges a été organisé au sein de l'école afin de favoriser l'expression des parents. Les participants ont pu partager le constat suivant : leurs enfants n'ont pas totalement connaissance des plats proposés à la restauration scolaire. Afin de favoriser la connaissance de ces plats auprès des familles, le premier dispositif proposé par l'ensemble des acteurs est la mise en œuvre d'un atelier cuisine reprenant les menus de la cantine. Une seconde orientation est de permettre aux adolescents de s'exprimer sur la thématique des rythmes de vie au sein du collège.

Promouvoir la santé par la nutrition auprès des habitants du Quartier Nouvel Horizon (07)

CONTENU DU PROJET

>> A DESTINATION DES ENFANTS ET/OU PARENTS

LES ATELIERS CUISINES

Auprès des parents volontaires, l'animatrice du PRE ainsi qu'un chargé de projet de l'IREPS ont développé les ateliers cuisine. L'objectif était de s'approprier les différents plats réalisés par le cuisinier de la cantine scolaire pour être en capacité de proposer les mêmes aliments au sein du domicile familial.

Une grande partie des parents ont découvert comment cuisiner des aliments tels que la courgette, le panais ou encore le chou-fleur. Ce fut le moyen de montrer l'intérêt de réaliser « *des choses simples en cuisine, tout en faisant plaisir à nos enfants.* »

Une fois le repas préparé, les parents allaient chercher leurs enfants pour partager le repas sur le temps méridien.



→ **18 participants à chaque atelier cuisine**

Public : Parents et enfants du Quartier Nouvel Horizon



ESPACE SANTÉ COLLÈGE BERNARD DE VENTADOUR

Auprès des élèves volontaires invités par leurs assistants d'éducation, il s'agissait d'animer plusieurs séances d'éducation nutritionnelle. S'appuyant sur des activités ludiques, les élèves ont pu échanger, débattre et apprendre sur l'alimentation et l'activité physique. Les dernières séances ont été l'occasion d'impliquer les élèves dans la création d'un jeu de reconnaissance de marques.

En utilisant le principe des célèbres jeux de dessin, les adolescents devaient deviner la marque représentée. Grâce à l'ensemble des réalisations, les élèves ont pu constater et prendre conscience de l'influence des marques sur leurs goûts, leurs préférences et sur leurs attitudes face aux repères nutritionnels (« *Pour votre santé, éviter de manger trop gras, trop sucré, trop salé.* » PNNS).

→ **Une dizaine d'élèves participants**

Public : Elèves du Collège Bernard de Ventadour

PERSPECTIVES SUR LE TERRITOIRE

L'ensemble des actions menées sur ce territoire a été réalisé par l'IREPS en co-animation avec les référents du Programme de Réussite Educative. Ces séances avaient pour objectif de préparer les référents à une autonomie dans l'animation de séance collective sur les thématiques de santé. En 2018, l'IREPS va maintenir un accompagnement méthodologique auprès de la structure porteuse du Programme de Réussite éducative. Cette démarche se traduit par la construction et la préparation des séances avec les animateurs et une réflexion sur leur posture d'éducateur en santé. Le public étant toujours en demande, il apparait important que les éducateurs/animateurs du territoire puissent mettre en œuvre des compétences nouvelles dans le champ de l'éducation et la promotion de la santé.

Contacts :

Jonathan Bazard / Anaïs Maneveau : Chargés de projets IREPS ARA délégation Ardèche

Tél. 04 75 64 46 44 - contact07@ireps-ara.org

Tél. 06 74 35 79 57 - anais.maneveau@ireps-ara.org

Tél. 07 57 51 03 85 - jonathan.bazard@ireps-ara.org

Soutien financier

Projet Croqu' le goût à destination des jeunes enfants de la Communauté de communes Portes de DrômArdèche (26)

De janvier à décembre 2017



OBJECTIFS DU PROJET

- Sensibiliser l'enfant à l'utilisation de ses 5 sens par la découverte des aliments.
- Aider l'enfant à verbaliser son ressenti.
- Harmoniser les pratiques des professionnels dans l'ensemble des structures d'accueil du jeune enfant de la Communauté de communes.

CONTEXTE

La Communauté de communes « Portes de DromArdèche » a souhaité engager le secteur de la petite enfance dans un projet autour de l'importance de l'alimentation. « Croqu' le goût » est né de cette volonté : il reflète le quotidien des professionnels petite enfance dans toutes les crèches mais également celui des assistantes maternelles. La découverte du goût est un élément clé pour que l'enfant puisse se constituer petit à petit un répertoire gustatif.

CONTENU DU PROJET

• MISE EN PLACE D'UN GROUPE DE TRAVAIL

Chaque crèche est invitée à identifier une personne référente pour rejoindre le groupe de travail afin de repenser le projet : dans quel but ? De quelle manière ? Quelle(s) implication(s) ?

• TEMPS DE SENSIBILISATION

Dans l'acte alimentaire, le goût est repéré comme le sens majeur. Mais qu'en est-il de l'odorat, l'ouïe, la vue et le toucher ? De quelle place et de quelle manière puis-je permettre à l'enfant d'identifier ses sens et de verbaliser son ressenti ?

Cette sensibilisation à destination du groupe de travail a permis de souligner la corrélation évidente entre le goût et les autres sens par l'expérimentation de la dégustation sensorielle. Une infime quantité d'un aliment permet en effet de mettre en action les 5 sens. Ainsi les professionnels soulignent le fait que l'objectif est bien de proposer une activité et non pas une collation.

• TEMPS DE REAPPROPRIATION

A la suite de la sensibilisation, chaque personne référente s'est réappropriée le principe de la dégustation sensorielle et a pu le partager et le mettre en pratique auprès de son équipe. Ce travail implique des étapes à respecter et un vocabulaire précis pour aider les participants à verbaliser leurs ressentis. Les équipes ont partagé l'intérêt de mettre en place un projet de découverte sensorielle qui a toute sa place dans le développement du jeune enfant.

→ Bilan

Le groupe de travail a réalisé une fiche technique afin que chaque professionnel puisse se sentir à l'aise pour réaliser les dégustations sensorielles. Cette fiche technique permet aussi d'établir un cadre en matière d'hygiène et de pratiques. Chaque trimestre, le groupe de travail définit un objectif par mois qui va déterminer le choix des aliments à faire déguster aux enfants.

Depuis le mois d'avril, l'activité Croqu' le goût se déroule deux fois par semaine auprès d'un petit groupe d'enfants dans chaque structure.



Projet Croqu' le goût à destination des jeunes enfants de la Communauté de communes Portes de DrômArdèche (26)

• LA MOBILISATION DES PARENTS

Un flyer: Le groupe de travail a créé un flyer pour présenter le projet aux parents et les inviter à prendre part en amenant à tour de rôle les aliments. Chaque parent se positionne volontairement sur une date et apporte l'aliment correspondant pour le jour J.

Une exposition photos: Pour relancer le projet à la rentrée scolaire, chaque structure a réalisé une exposition photos avec les enfants. Ce support illustre le principe de Croqu' le goût et montre l'impact positif que celui-ci procure aux enfants.



→ Bilan

Les supports de communication ont sensibilisé les parents à l'importance du développement des 5 sens de leur enfant. Certains parents soulignent le fait que leur enfant prend désormais le temps à la maison de sentir, toucher, écouter le bruit que l'aliment produit dans la bouche lors des temps de repas. Les enfants auraient-ils un rôle de sensibiliser leurs parents au plaisir de l'acte alimentaire et au temps que l'on y accorde ?

ZOOM SUR LA DEGUSTATION SENSORIELLE

- En octobre: L'amer et l'acide
Les enfants ont dégusté l'endive, la marmelade d'orange, l'huile d'olive, le cornichon, le pamplemousse...
- En novembre: Le salé
Les enfants ont dégusté de l'anchois, de la sauce soja, du roquefort, de l'olive noire, du jambon cru...
- En décembre: Le sucré
Les enfants ont dégusté du miel, de la datte séchée, du sucre roux, de la banane, du pain d'épices...

Certains aliments originaux ou ayant une allure particulière suscitent la curiosité chez l'enfant et l'envie de goûter, à la grande surprise des professionnels.

IMPACTS

- Une dynamique territoriale avec une réelle co-construction du projet avec l'ensemble des structures.
- Une sensibilisation complète à l'intérêt du développement des 5 sens chez le jeune enfant au niveau des professionnels, des enfants et des parents.
- Une confortation du rôle du professionnel dans la mise en œuvre d'actions en promotion de la santé.
- Des habitudes de vie modifiées pour certains où l'on prend davantage le temps de cuisiner et de manger en pleine conscience.

PERSPECTIVES SUR LE TERRITOIRE

Les professionnels aimeraient favoriser la participation uniforme des parents en proposant des temps de dégustations sensorielles à destination des enfants et de leurs parents.

Le groupe de travail souhaite réfléchir à la création d'un support de valorisation du projet Croqu' le goût pour l'année 2018.

Contact :

LUCIE PETITBON, chargée de projet IREPS ARA délégation Drôme
Tél. 04 75 78 49 06 – lucie.petitbon@ireps-ara.org

Soutien financier

Les écrans et les 0-10 ans - Canton de Beaufort (73)

De mai à novembre 2017



OBJECTIFS DU PROJET

Clarifier la place que peuvent prendre les écrans dans le quotidien des 0-10 ans du Beaufortain :

- Développer une réflexion et un outillage commun (connaissances, astuces...) des professionnels et bénévoles du territoire
- Eclairer les familles.

CONTEXTE

En mai 2017, l'animatrice du relais d'assistante maternelle et le référent famille de l'Association d'Animation du Beaufortain (« AAB ») ont sollicité l'IREPS pour travailler sur « la place des écrans dans le quotidien des 0-10 ans ».

Cette tranche d'âge a été choisie du fait des missions des professionnels.

L'AAB regroupe plusieurs services pour les 0-10 ans et leur famille. C'est une association qui est en lien avec d'autres associations du territoire.

L'état des lieux a fait apparaître le besoin d'outiller et faire réfléchir les parents, mais aussi les professionnels et bénévoles du territoire, qui ne se sentaient pas à l'aise pour répondre aux interrogations des familles.

CONTENU DU PROJET

Une formation de deux demi-journées, puis un temps avec les parents, ont ainsi été proposés.



DESCRIPTION DE LA FORMATION

La formation a eu lieu en octobre 2017, à Beaufort.

La première matinée de formation a permis d'aborder les représentations de chacun sur les écrans. Puis, avec un travail en équipe, un point a été fait sur les effets positifs et négatifs des écrans, au vu des besoins de l'enfant et de son développement psychomoteur.

La deuxième matinée a permis de partager des solutions pratiques, et de réfléchir aux postures professionnelles adaptées pour laisser aux écrans leur « juste place » et permettre le bon développement de l'enfant. La formation s'est clôturée par une présentation d'outils et la remise d'un questionnaire pour construire le temps parents.

Public : 10 professionnels de l'AAB (service petite enfance, centre de loisirs, famille, secrétariat et ludothèque), et 2 bénévoles de l'association de parentalité « petites graines des vallées ».

→ Bilan

La formation a permis aux bénévoles et professionnels d'envisager les écrans de manière moins négative, moins anxiogène. Ils ont pu être confortés/rassurés dans certaines de leurs pratiques professionnelles. Ils sont également repartis avec des astuces concrètes, pour gérer la question de la place des écrans de manière bienveillante et adaptée, avec les parents et les enfants.

« Au sujet des écrans, je comprends qu'il faut travailler autour du bon sens et de l'esprit critique ... Je n'y avais pas vraiment pensé. »

Les écrans et les 0-10 ans - Canton de Beaufort (73)

• ACTION A DESTINATION DES ENFANTS ET/OU PARENTS :

Le temps parents a été organisé fin octobre, en soirée, à Villard-sur-Doron, près de Beaufort.

Il a été construit d'après le questionnaire rempli par les participants à la formation, et après un temps de préparation avec l'animatrice du relai assistante maternelle et le référent famille.

La soirée s'est déroulée comme suit :

A l'entrée, les participants étaient invités à écrire leurs représentations sur des post-its « les écrans c'est une aide ... », « les écrans c'est un problème... ».

Le point information a ensuite été fait.

Puis, trois temps d'échanges ont été animés autour des post-its : usage des écrans quand l'adulte et l'enfant ont vraiment besoin d'être au calme ; vie sociale pour l'enfant qui n'a pas accès aux écrans, usage des écrans à l'école...



Public

La temps parents a réuni 9 adultes... venus en tant que parents mais aussi grand-parents, journaliste ou institutrice.

ZOOM LE RELAIS DE LA PRESSE

Le temps parents de Villard-sur-Doron a fait l'objet d'un article dans Le Dauphiné Libéré du 23 octobre 2017 :



IMPACTS

Suite au projet, la professionnelle de l'AAB en charge de la revue « Ensemble dans le Beaufortain » a décidé de faire un article de 3 pages sur la thématique des enfants et des écrans. Elle a donc collaboré avec l'IREPS pour écrire un article accessible, qui reprend les idées principales de la formation, toujours en dédramatisant l'usage des écrans.

PERSPECTIVES SUR LE TERRITOIRE

Cette formation a permis une rencontre entre les acteurs du territoire de Beaufort et l'IREPS.

Les participants ont également fait état de questionnements en lien avec l'alimentation, ce qui peut être une perspective de travail commun ; le référent famille souhaitant « développer la collaboration et la partenariat avec l'IREPS ».



Contact :

Gaëlle VINEL, chargée de projet IREPS ARA délégation Savoie
Tél. 04 79 69 43 46 – gaelle.vinel@ireps-ara.org

Soutien financier

Les « ateliers santé parents d'élèves » sur les rythmes de vie à l'adolescence au collège Jacques Prévert à MEYTHET (74)

De janvier à mai 2017



OBJECTIFS DU PROJET

Promouvoir des rythmes de vie favorables à la santé chez les élèves de 6ème/5ème du collège Jacques Prévert de Meythet.

Pour cela il s'agit de :

- Favoriser la dynamique d'acteurs autour des collégiens : parents d'élèves, équipe éducative du collège, médecine scolaire, personnel de restauration.
- Renforcer les compétences des parents par rapport à la santé et aux rythmes de vie de leurs enfants.
- Resserrer le partenariat entre les parents d'élèves et l'établissement.

CONTEXTE

Ce projet s'inscrit dans une recherche plus globale de son instigateur, enseignant de technologie, portant sur l'influence directe/indirecte de paramètres comme la santé, la citoyenneté, l'usage des écrans sur les résultats scolaires et le comportement de l'élève, et leur impact sur les inégalités de chance entre les élèves.

L'enquête réalisée auprès des parents a mis en évidence leur souhait de s'investir pour la santé de leurs enfants. Le projet repose sur cette implication, l'initiative visant à les rendre davantage partenaires-acteurs de la promotion de la santé de leurs proches, en particulier leurs enfants.

Dans cette optique, l'équipe éducative et la direction du collège, la fédération des parents d'élèves, ainsi que l'Education Nationale ont été approchées pour contribuer à définir les contours du projet. Celui-ci s'est ensuite enrichi de l'apport d'intervenants extérieurs.

CONTENU DU PROJET

>> ACCOMPAGNEMENT DES PROFESSIONNELS

Accompagnement méthodologique pour préciser les objectifs du projet dans une perspective de promotion de la santé.



PUBLIC

Groupe de travail : enseignants de technologie et d'arts plastiques, infirmière scolaire, médecin scolaire, principale, principale adjointe, représentants de parents d'élèves, chef de cuisine, gestionnaire.

BILAN

- Actions envisagées modulées à la suite de l'accompagnement (angle de présentation des sujets abordés, ressources à impliquer).
- Renforcement du réseau des acteurs impliqués dans le projet.

ATELIERS DE SENSIBILISATION AUPRES DES PARENTS D'ÉLÈVES

Deux fois 2 séances de 2 à 4h animées par l'enseignant appuyé par divers intervenants sur les thèmes :

- Ecrans, sommeil et adolescence
- Alimentation des adolescents (IREPS 74)

- Séance 1 : apports théoriques par les intervenants extérieurs.
- Séance 2 : atelier-production des supports de communication informatiques par les parents d'élèves (affiches et diaporamas) faisant ressortir les messages clés discutés à partir des connaissances acquises lors de la séance 1.



PUBLIC

22 parents d'élèves de 6è et 5è.

BILAN ET POINTS FORTS

- Co-construction de l'intervention entre parents, enseignants et professionnels : démarche jugée innovante et appréciée par les parents (y compris ceux n'ayant pas pu y participer).
- Soutien de la direction du collège, de la fédération des parents d'élèves (au sein du Comité d'éducation à la santé et à la citoyenneté) et de l'inspection académique.
- Méthodologie de projets solide, actions s'appuyant sur un état des lieux des besoins des parents réalisé en amont (en 2 phases d'évaluation).
- Parents ayant assisté aux ateliers globalement satisfaits de la clarté, l'acquisition de nouveaux savoirs et savoir-faire pratiques. Ils ont exprimé le souhait que l'action soit reproduite.

PERSPECTIVES

Mettre en place des moyens en vue de :

- Renforcer la réponse à l'objectif de réduction des inégalités sociales de santé
- Favoriser la participation du plus grand nombre (mode de garde pendant les ateliers, horaires, durée, fréquence, selon les principaux critères soulevés dans l'enquête).

Les « ateliers santé parents d'élèves » sur les rythmes de vie à l'adolescence au collège Jacques Prévert à MEYTHET (74)

EXEMPLES DE MESSAGES CREEES

Une journée avec =



**C'est bon !!!
Ça me réveille !!!**



Je percute trop bien !!!



Je suis de bonne humeur, agréable



Et en plus je suis à fond dans le sport !



Aujourd'hui j'ai tout déchiré !!!

Une journée sans petit-déjeuner =



Je ne me sens pas de manger ce matin



Tout le monde m'énerve !!!



Le prof parle trop fort ! Impossible de dormir !!!



J'ai plus de jus pour le sport



Je crois que je suis passé à côté de ma journée !!!???

A DESTINATION DES COLLEGIENS ET DE LEURS PARENTS

ZOOM SUR LA PROMOTION DE LA SANTE DANS CE PROJET

Ces deux actions découlent directement des ateliers de sensibilisation-action avec les « parents-acteurs » du projet.

ACTION 1

Petit-déjeuner pédagogique autour de l'exposition des panneaux réalisés par les parents :

- Présentation des panneaux par les parents les ayant réalisés, en présence :
 - de certaines intervenantes (pour appui éventuel)
 - de l'équipe pédagogique élargie (infirmière scolaire et principale du collège).
- Petit-déjeuner préparé et servi par les parents ainsi que par le personnel de restauration du collège



PUBLIC

élèves de deux classes de 6è et 5è ; 6 parents.

ACTION 2

Exposition des panneaux et des diaporamas réalisés par les parents dans le hall du collège, en présence de ceux-ci pour commenter leurs productions auprès des autres parents.



PUBLIC

Ensemble des élèves et professionnels du collège.

Déterminants travaillés

Ce projet s'inscrit dans une perspective de promotion de la santé en visant à :

- Créer un environnement favorable à la santé au sein du collège.
- Renforcer l'action communautaire grâce à la reconnaissance de la problématique par des acteurs externes au milieu éducatif favorisant l'implication et la collaboration de divers acteurs.
- Renforcer les compétences individuelles des parents, adolescents et professionnels.

PERSPECTIVES

- Reproduire le type d'action sur d'autres thématiques (addictions en 2017-2018, avec l'IREPS 74).
- Utiliser les résultats de l'évaluation auprès des parents et des collégiens pour affiner les actions.
- Pérenniser le projet en élargissant la participation de l'équipe éducative du collège, impliquer d'autres enseignants (par ex.: dans le cadre du parcours éducatif de santé pour tous les élèves ?).
- Communiquer au sein de l'inspection académique.
- Etudier la transférabilité du projet pour l'envisager au sein d'autres établissements.

Contacts :

Mylène Grapeggia / Karine Samson : Chargés de projets IREPS ARA délégation Haute-Savoie
Tél. 50 45 20 74
mylene.grapeggia@ireps-ara.org / karine.samson@ireps-ara.org

Soutien financier

