

Projet de décret visant à « favoriser de bonnes habitudes alimentaires dans les écoles fondamentales de la FWB. »

Ecole St Joseph de Braine-l'Alleud (province du Brabant wallon)

Avec la crise du Coronavirus, la santé n'a jamais autant été au cœur des préoccupations de la population. Nos habitudes de travail, de déplacement, d'achats ont été modifiées et nos comportements ont dû s'adapter à la situation sanitaire.

Dans notre classe de 6^{ème}, nous nous sommes particulièrement intéressés à **l'alimentation** car nous avons pris conscience que de bons gestes en matière de nutrition peuvent non seulement nous préserver de maladies et booster notre système immunitaire mais aussi permettre de prendre soin de notre environnement.

Il nous semble dès lors important de lutter dès le plus jeune âge contre les mauvaises habitudes alimentaires. Et l'école fondamentale reste le lieu privilégié pour éduquer les élèves dans ce sens.

Nous avons constaté, par exemple, que de nombreux enfants ne boivent pas d'eau, qu'ils ont des collations souvent trop sucrées et emballées dans du plastique. De plus, à la cantine, les repas sont peu variés, en sauce et les restes sont importants tant les enfants ne goutent pas les nouveautés.

C'est pourquoi, **pour parvenir à changer progressivement ces habitudes et favoriser une alimentation saine**, notre classe propose plusieurs actions concrètes qui pourraient être mises en place dans toutes les écoles fondamentales de la FWB.

Proposition de décret : favoriser de bonnes habitudes alimentaires à l'école.

Article 1 - L'eau comme seule boisson nécessaire

- 1.1 Chaque élève utilise une gourde pour y mettre son eau. S'il n'en dispose pas, l'école lui en fournit une.
- 1.2 Les canettes et sodas sont interdits. Les jus et bouteilles en plastique sont autorisés à titre exceptionnel.
- 1.3 Une fontaine à eau est installée dans chaque cour de récréation.

Article 2 – L'instauration de collations saines et variées

2.1 En début d'année scolaire, chaque classe établit un calendrier des collations à apporter chaque jour dans une boîte hermétique réutilisable.

A titre d'exemple : fruits et légumes le lundi, produits laitiers le mardi, un biscuit sec le mercredi, un petit plaisir le jeudi et la collation collective le vendredi.

2.2 Une fois par semaine, à tour de rôle, une classe est responsable de préparer une collation « santé » collective. Celle-ci est vendue à prix démocratique et les bénéfices sont utilisés pour organiser une activité sportive en partenariat avec une association.

Article 3 – L'amélioration des cantines

3.1 Les écoles et leur PO doivent investir dans un coin cuisine fonctionnel, adapté et répondant aux normes sanitaires en vigueur.

3.2 Une semaine de la soupe est instaurée et fixée en début d'année. Lors de cette semaine, chaque jour, un potage aux légumes de saison est cuisiné à l'école par des parents volontaires et en collaboration avec un commerce bio ou proposant des produits locaux. Le potage est distribué gratuitement aux élèves, de la maternelle aux primaires.

Article 4 – La sensibilisation des élèves

L'information sur la santé, la nutrition, les habitudes alimentaires à privilégier doit faire partie du programme scolaire. Chaque cycle est amené à vivre des activités ponctuelles sur le sujet à travers des jeux, des animations ludiques, des visites extérieures, ... Une activité est cependant imposée.

Cycle 5/8 : visite d'une ferme biologique en centrant les apprentissages sur le goût et la provenance des aliments.

Cycle 8/10 : animation en classe avec des intervenants spécialisés tels un nutritionniste, un restaurateur, un agriculteur, ...

Cycle 10/12 : déplacement dans un commerce, supermarché, marché local en vue d'effectuer des comparaisons, des lectures d'étiquettes, et de mieux comprendre le monde agro-alimentaire.