

L'AMÉLIORATION DE L'ENVIRONNEMENT NUTRITIONNEL A L'ÉCOLE

Chantal VANDOORNE

Formatrice et conseillère en éducation pour la santé et en promotion de la santé, Communauté française de Belgique.

L'occasion m'est donnée aujourd'hui de partager avec vous les réflexions que j'ai développées dans le domaine de l'amélioration de l'environnement nutritionnel à l'école.

Ces réflexions sont inspirées du programme « *Je mange bien à l'école* » ou « *Gesund essen besser lernen* », développé depuis bientôt 5 ans dans les Communautés française et germanophone de Belgique. Ce programme a déjà été appliqué dans 75 écoles des niveaux maternel, primaire et secondaire, il a donc touché des élèves de 3 à 18 ans. Il a fait l'objet de 4 procédures d'évaluation, à court et à moyen terme.

Pendant une phase pilote en 1990 et 1991, les écoles ont été encadrées par des conseillers appartenant à des services universitaires attachés à l'École de Santé publique de l'Université de Liège (CERES et APES) et à des services spécialisés en éducation nutritionnelle (ICAN et SES de Huy). Par après, le programme est entré dans une phase de diffusion, ce sont les agents de santé scolaire qui soutiennent désormais son application dans les écoles.

A l'origine de ce programme, on trouve une association privée (ou ASBL) soucieuse de promouvoir le bien-être des enfants au travers d'études, d'actions pilotes et d'actions de sensibilisation des professionnels et du public. D'emblée, le SPEOL a voulu promouvoir une approche de l'alimentation à l'école qui dépasse les activités de type pédagogique, qui s'intéresse à l'alimentation « vécue » à l'école, et qui produise rapidement des résultats visibles. En bref, il s'agit d'influencer surtout le curriculum implicite (ou caché, ou encore non formel) de l'école.

Ainsi, les trois objectifs fixés au programme sont :

- améliorer de façon effective, visible, les comportements alimentaires des élèves;
- modifier l'environnement nutritionnel à l'école dans ses différentes composantes : diététiques, matérielles et organisationnelles, psychosociales, éducatives;
- mobiliser les divers acteurs de la communauté éducative au sens large (élèves, enseignants, personnel technique, parents, etc.) dans la prise en charge de l'amélioration de l'environnement nutritionnel.

Mon exposé va tenter d'illustrer la nécessité de proposer aux écoles des approches qui combinent, voire qui intègrent, l'aménagement des paramètres matériels et organisationnels liés à l'alimentation et les actions d'éducation nutritionnelle. Je développerai surtout deux points :

- La notion d'environnement nutritionnel, en accordant une attention particulière à la place des activités pédagogiques dans celui-ci. En effet, l'expérience m'a montré que cette intégration des activités pédagogiques dans une démarche de promotion de la santé soulève de nombreuses ambiguïtés.

- Les stratégies et les outils pour développer une dynamique communautaire dans **l'école autour de l'environnement nutritionnel**. Car cette option est pour moi la meilleure issue pour intégrer objectifs éducatifs et aménagement de milieux sains.

1. LA NOTION D'ENVIRONNEMENT NUTRITIONNEL

D'une manière large, l'environnement nutritionnel rassemble tous les aspects de la vie d'une école qui touchent à l'alimentation. Il organise en un système structuré les déterminants d'ordre collectif ou communautaire, qui influencent l'état de santé des individus soit directement, soit indirectement par l'intermédiaire de la modification des comportements ou de l'enrichissement des connaissances, opinions et attitudes.

Nous avons distingué sept champs d'action, qui représentent les grands moments et lieux de la vie scolaire concernés par l'alimentation :

- ◆ la collation
- ◆ le repas chaud
- ◆ le repas tartines
- ◆ la garderie avant et après les cours
- ◆ l'approvisionnement aux abords de l'école
- ◆ l'intervention des adultes
- ◆ les activités pédagogiques, (intégrées dans le curriculum formel).

Les cinq premiers champs d'action comprennent une série de dimensions qui peuvent être regroupées sur trois axes : la diététique, le confort et le bien-être entourant le repas, et les interventions éducatives.

Citons par exemple, quelques dimensions du champ des collations.

Dimension bien-être

- ◆ Existe-t-il un lieu et un moment réservé à la consommation des collations (en classe, avant la récréation ou dans une salle de détente) ?

Dimension diététique

- ◆ L'école décourage-t-elle la consommation de fantaisies chocolatées, de snacks sucrés ou salés, de limonades ?
- ◆ Les élèves peuvent-ils se procurer à l'école du lait, des barres de céréales, des fruits, du potage, etc. ?
- ◆ Les élèves ont-ils un accès facile à la consommation d'eau en dehors des repas : pendant les récréations, après le cours d'éducation physique ?

Dimension éducative

- ◆ Les élèves participent-ils au choix, à la vente, à la promotion de collations et à la gestion des bénéfices ?
- ◆ Les élèves disposent-ils d'un support (fiche de commande ou tableau hebdomadaire) qui leur permet de varier leurs collations de manière autonome ?

Améliorer l'environnement nutritionnel à l'école requiert une approche globale qui intègre plusieurs de ces dimensions. Une évaluation a montré que l'amélioration d'une des dimensions peut avoir un effet d'entraînement sur les autres. *Ainsi, le fait de consommer la collation en classe plutôt que dans la cour de récréation favorise l'apparition d'interventions éducatives de la part des enseignants. Ainsi la participation des élèves à la gestion des collations est souvent accompagnée d'une intégration de l'éducation nutritionnelle dans le curriculum formel.*

Les deux derniers champs d'action « intervention des adultes » et « activités pédagogiques » jouent un rôle particulier dans la mise en place d'un projet global d'amélioration de l'environnement nutritionnel. Ils constituent des dimensions en soi de l'environnement nutritionnel et peuvent donc être choisis comme objectifs d'action spécifiques, mais ils peuvent également être considérés comme des moyens de mettre en place des améliorations dans les cinq champs précédents.

Pour illustrer ce principe, examinons quelle place peuvent prendre les activités pédagogiques dans l'amélioration de l'environnement nutritionnel ?

Les activités pédagogiques ont généralement pour objectif commun de développer les aptitudes individuelles. Cependant dans le cadre du programme « *Je mange bien à l'école* », on distingue trois niveaux d'activités pédagogiques selon l'intensité de leurs liens avec un projet plus global d'amélioration de l'environnement nutritionnel à l'école.

Premier niveau

Les activités d'éducation nutritionnelle, intégrées dans le curriculum formel, sont développées comme une dimension spécifique de l'environnement nutritionnel de l'école, **parallèlement et indépendamment des autres modifications apportées à celui-ci.**

On considérera donc qu'il y a un progrès dans l'environnement nutritionnel de l'école **si** :

- ◇ les activités pédagogiques ont touché un plus grand nombre de classes et d'élèves;
- ◇ leur fréquence dans une même classe a augmenté;
- ◇ les contenus qui y ont été abordés sont plus variés;
- ◇ les méthodes utilisées sont de type actif et fonctionnel.

Ces deux derniers points font référence à une approche pluridisciplinaire et pratique de l'alimentation qui fait trop souvent défaut dans nos écoles. On se limite à des notions de diététique, voire à des notions de physiologie, on néglige les approches historique, culturelle, économique, psychoaffective ainsi que l'éducation des sens, de la créativité et l'éducation pratique (achat, cuisine,...). L'existence d'un curriculum précis d'éducation nutritionnelle faciliterait cette approche.

Deuxième niveau

Les activités d'éducation nutritionnelle sont parfois organisées pour appuyer l'amélioration d'un autre champ de l'environnement nutritionnel de l'école.

Dans ce cas, le choix de l'activité pédagogique suit la décision d'aménagement des conditions du milieu scolaire, elle vient appuyer celle-ci. Ces activités pédagogiques visent à fournir aux élèves l'information ou les supports qui leur permettront de mieux comprendre ou de mieux utiliser des opportunités d'alimentation saine introduites à l'école; elles visent donc essentiellement une adaptation individuelle de l'élève aux conditions plus saines offertes par son milieu.

Par exemple :

- ◇ leur faire comprendre l'intérêt de consommer les nouveaux aliments proposés dans le magasin de collations ou dans les repas de la cantine;
- ◇ les familiariser avec un nouveau type d'aliment en leur expliquant son origine, en l'observant, en le dessinant, etc.;
- ◇ initier les élèves à des démarches qui leur permettront de poser des choix autonomes parmi les opportunités offertes à l'école : s'exercer à équilibrer un repas au self-service, à varier les collations sur une semaine; etc.

Troisième niveau

Enfin, les activités pédagogiques peuvent être utilisées comme moteur d'un projet de modification de l'environnement nutritionnel de l'école.

Contrairement au point précédent, la modification du milieu est ici la conséquence de l'approche pédagogique. Ces cas relèvent alors de la méthodologie appelée « pédagogie du projet », dont la préoccupation centrale est la participation des élèves, depuis la conception du projet jusqu'à l'évaluation de celui-ci. La réalisation d'un tel projet rencontre non seulement les objectifs spécifiques à l'éducation nutritionnelle, mais aussi de nombreux objectifs spécifiques à d'autres matières.

Quelques exemples :

- ◇ Les élèves organiseront eux-mêmes la vente des collations. Pour ce faire, ils devront d'abord apprendre à sélectionner des produits sains qui auront du succès auprès des acheteurs, ils feront une étude de marché, ils prendront contact avec les fournisseurs afin de connaître les prix, ils organiseront la récolte des commandes, ils aménageront l'étalage, calculeront leur recette et leurs bénéfices et feront la publicité pour leur magasin.
- ◇ Les élèves organiseront, par l'intermédiaire des délégués de classe, une enquête sur le bien-être au réfectoire (propreté, bruit, agitation, convivialité, etc.); ils proposeront des solutions en concertation avec la surveillante et le directeur; ils réaliseront des aménagements avec l'aide de leurs professeurs et des parents; ils communiqueront les nouvelles modalités d'organisation à leurs compagnons et veilleront à l'application de ces solutions. En fin d'année, ils évalueront si les résultats attendus de leurs actions ont effectivement été atteints.

Bien entendu, une école qui travaille au deuxième ou au troisième niveau intègre aussi des activités pédagogiques utilisées aux niveaux précédents.

On ne peut exiger que toutes les écoles travaillent selon les principes de la pédagogie du projet. Chaque école, chaque enseignant, qui s'engage dans une démarche d'amélioration de l'environnement nutritionnel choisira le type d'activités pédagogiques qui correspond le mieux à ses pratiques habituelles.

On remarquera cependant que les approches de niveau 2 et 3, qui créent des liens dynamiques entre aménagement du milieu scolaire et activités pédagogiques offrent plus de possibilités de respecter les stratégies de la promotion de la santé telles que définies dans la Charte d'Ottawa et de produire des effets à long terme. En allant encore plus loin, on peut dire que plus les actions font appel à la participation des membres de la communauté éducative, plus ces liens dynamiques ont des chances d'apparaître.

Les évaluations à moyen terme ont montré que l'existence d'une collaboration entre les différents acteurs de la communauté éducative garantissait la continuité des effets du programme.

C'est pourquoi le programme « *Je mange bien à l'école* » a inscrit la mobilisation de la communauté éducative parmi ses objectifs principaux. Nous évoquerons maintenant rapidement quels outils et quelles stratégies ont été utilisés pour favoriser cette approche communautaire dans le cadre des projets d'amélioration de l'environnement nutritionnel.

2. OUTILS ET STRATÉGIES POUR UNE APPROCHE COMMUNAUTAIRE

Le programme « *Je mange bien à l'école* » propose aux communautés éducatives de prendre en charge l'analyse de leurs besoins spécifiques en matière d'environnement nutritionnel, la conception d'un ou de plusieurs projets d'action pour répondre à ces besoins, la réalisation et l'évaluation de ces projets.

Pour soutenir les écoles dans l'application de cette démarche, le programme « *Je mange bien à l'école* » propose une aide méthodologique aux enseignants, aux directeurs d'écoles, aux économistes, aux parents et aux élèves qui souhaitent s'engager dans cette voie.

Très concrètement, il met à leur disposition un questionnaire qui permet d'établir un diagnostic de leur environnement nutritionnel, mais il offre aussi une liste de propositions d'actions à réaliser. En outre, il leur offre la possibilité de bénéficier du soutien d'un « conseiller » pour les aider à définir et à développer leur projet, à repérer les ressources utiles dans et en dehors de l'établissement, à planifier leurs activités et à prévoir une évaluation régulatrice de celle-ci.

Ces supports et ces conseillers remplissent trois fonctions auprès des communautés éducatives :

- ◆ une fonction de stimulation : motiver les communautés éducatives à agir sur leur environnement nutritionnel;
- ◆ une fonction d'enrichissement : leur faire prendre conscience de la variété des actions possibles;
- ◆ une fonction de soutien : les aider à progresser dans une démarche de promotion de la santé, à réguler leur action en fonction des réussites et des échecs; les informer sur des ressources matérielles et humaines disponibles.

Le *questionnaire d'auto-évaluation et les pistes d'action* ont été conçus pour stimuler les écoles à construire des projets globaux d'amélioration de l'environnement nutritionnel. Ils sont utilisés de façon complémentaire.

Le questionnaire aide les partenaires à réaliser un état des lieux de l'environnement nutritionnel de leur école. La confrontation des réponses au questionnaire avec les pistes d'action leur permet de prendre conscience et de préciser les problèmes prioritaires auxquels ils pourraient remédier. Les pistes d'action définissent des « standards » vers lesquels il faut tendre pour obtenir un environnement nutritionnel satisfaisant.

Après avoir analysé leur situation à l'aide du questionnaire, les écoles identifient trois priorités d'action pour répondre à leurs besoins. Le choix de ces « objectifs » se fait sur base de la liste des pistes d'action proposées par le programme.

Ces deux supports (questionnaire d'auto-évaluation et pistes d'action) fournissent donc un cadre, à l'intérieur duquel chaque école élabore un projet « sur mesure » qui correspond à ses priorités, à ses contraintes et à son public spécifique. C'est un programme à la carte.

Les évaluations à moyen terme ainsi que l'évaluation de diffusion, réalisée dernièrement par Madame Doris Palm dans la Communauté germanophone, montre que les conseillers ont un rôle essentiel à jouer pour aider les écoles à appliquer deux stratégies de base de la promotion de la santé :

- ◆ la définition des actions prioritaires en fonction d'une analyse préalable des besoins;
- ◆ la constitution d'un groupe de travail pluridisciplinaire de membres de la communauté éducative pour piloter le projet.

C'est pourquoi le programme « *Je mange bien à l'école* » met en place depuis un an des formations intensives destinées aux agents de santé scolaire qui souhaitent aider les écoles à développer ce type de projet.

Il est impossible en si peu de temps de refléter la richesse des réflexions et des acquis méthodologiques que nous apporte le travail avec les nombreux partenaires de ce programme. Des brochures sont disponibles si vous souhaitez avoir une vue plus concrète des actions développées par les écoles ou des résultats des évaluations.

En voici la liste, en conclusion de mon exposé :

◆ **Documents de base**

Programme pour améliorer l'environnement nutritionnel à l'école : présentation.
(Brochure n° 1, septembre 1993)

Qu'est-ce que l'environnement nutritionnel à l'école ? Pourquoi chercher à l'améliorer ? Quels sont les objectifs du programme « *Je mange bien à l'école* » ? Qui en sont les promoteurs ? Quelles stratégies, quels outils, quel soutien propose-t-il ? Quel est le bilan des expériences pilotes ? Et enfin comment participer à ce programme ? Autant de questions auxquelles vous trouverez des réponses dans cette première brochure.

Pour définir un projet d'école sur l'environnement nutritionnel : questionnaire d'auto-évaluation et pistes d'actions. (Brochure n°3, disponible dès janvier 1995)

Ces deux supports, utilisés de façon complémentaire, fournissent un cadre à l'intérieur duquel chaque école élabore un projet sur mesure qui correspond à ses priorités, à ses contraintes, à son public spécifique. Ils sont structurés autour de sept champs d'action : collations, repas chauds et repas froids, activités pédagogiques, garderie, information des adultes, approvisionnement aux abords de l'école.

La formation des conseillers du programme : objectifs, contenus, évaluation.
(Brochure n°5, disponible dès janvier 1995)

Si vous souhaitez aider les écoles à développer une démarche inspirée du programme « *Je mange bien à l'école* », vous trouverez dans cette brochure des renseignements sur les objectifs, les contenus, les méthodes et les modalités d'organisation des formations de conseillers mises en place par le programme. De brefs questionnaires d'auto-évaluation vous permettront de réaliser un premier bilan de vos compétences par rapport à cette mission.

◆ **Illustrations**

Répertoire des actions réalisées en 1991 par les écoles de la région liégeoise.
(Brochure n°2, mai 1994)

Ce document présente sous forme synthétique une centaine d'actions réalisées par les trente-cinq écoles maternelles, primaires, secondaires et d'enseignement spécial qui ont participé au programme-pilote en province de Liège en 1990-1991. Il illustre la richesse, la variété et l'originalité des stratégies mises en oeuvre pour concrétiser les pistes d'action proposées par le programme. Il fournit aux acteurs du monde scolaire un réservoir d'idées pour améliorer l'environnement nutritionnel en accord avec les options de la promotion de la santé à l'école.

Pour progresser dans un projet d'école : stratégies originales et expériences vécues.
(Brochure n°6, septembre 1994)

Le programme « *Je mange bien à l'école* » suppose que l'école adopte à l'égard de l'alimentation une démarche planifiée, depuis l'analyse de la situation jusqu'à l'évaluation et la définition de nouveaux projets, et implique la participation active des divers partenaires de la communauté éducative à toutes les étapes de ce processus. Cette brochure présente de manière détaillée et illustrée différentes stratégies développées par les communautés éducatives pour appliquer cette démarche, en tenant compte de leurs besoins et de leurs possibilités.

◆ **Réflexions**

Effets à court et à moyen terme de l'application du programme dans les écoles de la région liégeoise. (Brochure n°4, septembre 94)

Quelles procédures d'évaluation peut-on mettre au service des participants, des conseillers et des promoteurs pour les aider à réguler le programme ? Le programme « *Je mange bien à l'école* » est-il apte à stimuler le développement de projets d'écoles, à produire des modifications positives et durables de leur environnement nutritionnel, à initier des opinions et des pratiques différentes à l'égard de l'éducation alimentaire ? Autant de questions abordées par une présentation synthétique des principaux résultats des évaluations réalisées dans le cadre de l'application-pilote du programme en province de Liège.