

**Promotion de la santé
en faveur des élèves**

Florianne Grappe
Marie France Gérard
20 rue de Castelnaud
Colmar
Téléphone
03 89 79 80 00
Fax
03 89 79 47 37
Mél.
sante-68
@ac-strasbourg.f

Adresse postale
Inspection Académique
du Haut-Rhin
B.P. 548
68021 Colmar cedex

Colmar, le 12 avril 2013

La directrice académique
des services départementaux de
l'éducation nationale du Haut-Rhin

à

Mesdames et messieurs les enseignants
des établissements du 1^{er} degré
public et privé du Haut-Rhin

s/c de Mesdames et messieurs les inspecteurs
de l'éducation nationale

Mesdames et messieurs les enseignants
des établissements du 2nd degré
public et privé du Haut-Rhin

s/c de Mesdames et messieurs les chefs
d'établissement du 2nd degré
public et privé

Objet : Prises alimentaires à l'école, au collège et au lycée.
Education nutritionnelle et prévention du surpoids et de l'obésité.

L'amélioration de l'état nutritionnel de la population constitue un enjeu majeur pour les politiques de santé publique menées en France, en Europe et dans le monde.

L'Alsace est actuellement, avec 15,3%, la 1^{ère} région française en termes de surpoids et d'obésité chez les enfants de 5 à 6 ans alors que la moyenne nationale est de 12 % (étude de la Direction de la Recherche des Etudes, de l'Evaluation et des Statistiques 2005-2006).

Le [Programme national nutrition santé 2011-2015](#) (PNNS) initié en 2001 et prolongé en 2006 et 2011 a fourni un cadre de référence et produit de nombreux outils et mécanismes incitatifs, servant de support aux actions. Pour autant, ces améliorations n'ont pas concerné de façon homogène mais toutes les composantes de la population et les inégalités sociales de santé se sont creusées dans le domaine de la nutrition.

Avec le [Plan Obésité 2010-2013](#), une nouvelle impulsion a été donnée à la politique de prévention et de prise en charge, en s'appuyant sur les acquis du PNNS.

Le [Projet régional de santé 2012-2016](#) (PRS) a été mis en place en Alsace en 2005, pour 10 ans ; il est le relais du PNNS et permet de coordonner les actions nutrition au niveau local.

L'académie de Strasbourg fait de la prévention du surpoids et de l'obésité, une de ses priorités depuis 2005 "Aider les élèves à prendre en charge leur santé" au moyen de l'éducation à la nutrition est l'un des grands axes d'action du ministère de l'Education nationale.

Dès la rentrée scolaire 2013, je souhaite que tous les acteurs du monde éducatif, qu'ils soient parents, enseignants ou éducateurs, se mobilisent autour de cet enjeu majeur de santé publique en rendant effectives des mesures et recommandations déjà énoncées dans la circulaire départementale du 18 janvier 2010. L'enjeu est fondamental : il consiste à articuler les objectifs de santé publique aux missions d'éducation et de formation qui sont les nôtres.

1. La collation en milieu scolaire :

La question de la collation matinale n'est pas uniquement liée aux problèmes de surpoids et d'obésité, même si cet objectif de santé publique demeure prioritaire. Nous devons néanmoins nous interroger sur ce phénomène et nous en inquiéter. Les petits gâteaux grignotés dans la matinée, la multiplication des prises d'aliments, le manque d'équilibre alimentaire nuisent à terme à la santé des jeunes.

Je tiens à féliciter toutes les équipes enseignantes qui se sont déjà penchées sur cette question et qui ont su accompagner le changement auprès des familles comme des enfants.

1.1. A l'école maternelle :

Sur le plan nutritionnel, qu'il s'agisse du goûter glissé par les familles dans la poche de leur enfant, du goûter organisé par l'école (avec ou sans l'aide de parents volontaires), cette collation matinale soulève un certain nombre de réserves quant à ses **conséquences sur l'équilibre alimentaire des enfants**.

Elle brouille par ailleurs les messages d'éducation nutritionnelle recommandant d'**éviter les apports alimentaires en dehors des repas** et fait perdre à l'école dans ce domaine, son rôle de relais et d'exemplarité. Si l'on considère qu'une des missions de l'école maternelle est de répondre aux besoins des enfants qu'elle accueille afin de soutenir leur développement, il convient d'**éviter toute prise alimentaire entre les repas et donc de supprimer le « goûter » de milieu de matinée**.

Une collation en tout début de matinée pourra cependant concerner les enfants qui n'auraient pas pris de petit déjeuner avant de venir à l'école.

On estime à 7 % les enfants de maternelle qui ne consomment pas de petit-déjeuner tous les jours. C'est à eux que cette collation matinale est destinée.

Préconisations pour la collation en début de matinée : Le plus judicieux est de proposer la collation dès l'arrivée à l'école, pendant l'accueil ou lors du temps de garderie avant la classe. De toute façon, l'heure de la collation doit tenir compte de l'heure du déjeuner. Si l'enfant doit manger à midi, la collation doit impérativement se terminer à 9h30.

- ◇ *éviter les biscuits, viennoiseries et confiseries trop riches en matières grasses et sucres.*
- ◇ *préférer la distribution de lait ou laitage demi écrémé (plutôt que de lait entier), l'eau, les fruits, le pain, le fromage, les crudités.*

Je vous demande d'être particulièrement attentifs au dialogue qu'il conviendra d'établir avec les familles pour expliquer et mettre en œuvre ces dispositions. Il est important de préciser que ces recommandations

n'entrent pas en opposition avec les cas particuliers d'élèves qui ont un [PAI](#) (projet d'accueil individualisé).

1.2. A l'école élémentaire :

Le goûter est présent dans les écoles élémentaires sous la forme d'aliments fournis par les familles.

Or **aucune prise alimentaire en milieu de matinée ne se justifie à l'école élémentaire.**

Une information des familles au cours du 1^{er} trimestre de la rentrée prochaine (conseil d'école, réunion de rentrée des parents) permettra d'expliquer et de faire comprendre l'intérêt d'une alimentation saine et équilibrée.

Aucune vente d'aliments ne pourra être organisée durant les récréations, conformément aux programmes qui engagent à mettre en évidence les actions bénéfiques ou nocives de nos comportements, notamment du sport, de l'alimentation et du sommeil.

1.3. Au collège et au lycée :

Depuis la rentrée 2005, [la loi](#) 2004-806 du 9 août 2004 interdit les distributeurs automatiques de barres chocolatées, paquets de chips et autres sodas dans les établissements secondaires. Cependant, on peut encore observer ici ou là, la vente de viennoiseries organisée dans le but de financer des projets de voyages scolaires ou autre manifestation.

Je vous rappelle le rôle éducatif qui doit être le nôtre et vous invite à ne pas encourager ce genre d'initiatives.

2. Les autres prises alimentaires à l'école maternelle ou élémentaire :

D'autres moments de la vie scolaire, hors de la collation matinale, peuvent être l'occasion de prises alimentaires supplémentaires : goûters d'anniversaire, fêtes calendaires (Saint Nicolas, Noël, Carnaval) ou de fin d'année (fêtes et autres kermesses d'école)...

Ces événements festifs, **lorsqu'ils gardent leur caractère exceptionnel**, offrent un moment de convivialité, de partage qui ont tout à fait leur place à l'école. Ces occasions permettent de créer des liens avec les familles le plus souvent associées à leur préparation.

3. Les actions d'éducation nutritionnelle et d'éducation au goût :

L'École est un lieu indiqué pour une éducation nutritionnelle. Celle-ci est inscrite dans les programmes de 2008 et prend en compte l'équilibre de l'alimentation. Dès la maternelle, on insistera sur tout ce qui permet de développer l'éducation au goût, aux cinq sens au travers d'albums et de petit matériel scientifique.

Afin de développer l'acquisition des savoirs et des compétences qui permettront aux élèves de faire des choix éclairés et responsables en matière de santé, les actions de prévention et d'éducation à la nutrition s'inscrivent dans la durée de la scolarité. Au collège et au lycée, cette information se poursuit dans le cadre des enseignements de SVT.

En appui de ces enseignements, il est bon de développer des actions nutritionnelles, d'éducation au goût et à la consommation. Des écoles et établissements ont déjà mis en place de tels projets, que ce soit dans le cadre d'opérations nationales (« [Semaine du goût](#) », par exemple) ou locales (« [Univers du goût](#) », « [Projet Epices](#) », par exemple).

D'autres projets impliquent par ailleurs la collaboration entre les écoles, les établissements scolaires, les collectivités locales et les professionnels de la restauration (« [Un fruit à la récré](#) », « [Projet CAAPSS](#) »).

Les personnels de santé scolaire sont dans ce domaine, des personnes ressources auxquelles vous pouvez faire appel.

La restauration scolaire¹ doit aussi permettre de mener des actions d'éducation à la nutrition, de faire découvrir aux élèves des aliments et des saveurs qu'ils n'ont pas toujours l'occasion de découvrir à la maison et de développer leur esprit critique. Une attention particulière sera portée à la confection (équilibre alimentaire) et à la présentation des repas.

Il est important de relier cette éducation nutritionnelle à des actions renforçant l'activité physique dans le cadre des horaires des programmes afin de maintenir un équilibre entre les apports nutritionnels et les dépenses énergétiques.

Enfin, depuis cette rentrée, des écoles, collèges et lycées du Haut-Rhin se sont engagés dans une expérimentation de CESC (Comité d'éducation à la santé et à la citoyenneté) [en réseau](#) sur des problématiques communes, identifiées à partir d'un diagnostic éducatif partagé : sociales, de santé, de sécurité et de citoyenneté.

La question de la collation à l'école s'inscrit dans une approche éducative globale contribuant à un enjeu de santé publique.

Je vous remercie de votre implication dans la réussite de cette action d'éducation.

Maryse SAVOURET

Liens utiles :

- ◇ Direction générale de l'Enseignement scolaire
🔗 <http://eduscol.education.fr/nutrition>
- ◇ Direction générale de la Santé
🔗 <http://www.sante.gouv.fr/htm/pointsur/nutrition>
- ◇ Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES)
🔗 <http://www.mangerbouger.fr/>
- ◇ Direction générale de l'Alimentation
🔗 <http://agriculture.gouv.fr/unfruitpoularecre>

¹ Se reporter à la circulaire interministérielle [n°2001-118 du 25 juin 2001](#) relative à la composition des repas servis en restauration scolaire et à la sécurité des aliments BOEN n°9 du 28 juin 2001