

# Tout commence par la collation !

Des collations saines, limitant les déchets, avec des produits locaux et de saison... Difficile à mettre en place ? « Pas tant que ça », répond le Collège du Sacré-Cœur à Charleroi, qui utilise l'alimentation pour concocter de savoureux supports aux apprentissages.

C

est bientôt l'heure de la collation de 10h au Collège du Sacré-Cœur à Charleroi. Mme Jacqueline, cuisinière, s'affaire aux derniers préparatifs du buffet garni de fruits, noix, compote, légumes, yaourt, tartines... et d'une préparation de riz au curry !

« C'est une collation mélangée, précise-t-elle. En général, c'est sur un thème : les fromages et produits laitiers, les fruits et légumes, les céréales... » Voici les enfants qui arrivent. Jacqueline les invite à goûter le riz. L'idée est qu'ils composent une assiette variée, sans prendre trop d'une chose en particulier. C'est plus équilibré et plus facile à gérer pour les quantités. La collation est dégustée dans le réfectoire, juste à côté. Les enfants repartis, Jacqueline brandit le minuscule sac de déchets générés par la collation. Car, bien sûr, la relation à l'environnement est une des composantes de ce projet. Ici, on limite les déchets et on opte si possible pour des produits bio, de saison, locaux, ou équitables lorsqu'ils viennent de plus loin.

## A table les cartables

Delphine Brousse, enseignante en 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> année, retrace les étapes de ce projet. Au départ, c'est son engagement personnel qui l'a conduit à s'impliquer dans la préparation de la campagne « A table les cartables » (2002), démarrée par une réflexion entre enseignants et acteurs de la santé et de la nutrition. Cette période correspond aussi à des changements d'infrastructure dans l'école. Une nouvelle cuisine et un réfectoire viennent d'être construits. Une bonne opportunité pour introduire des changements d'habitudes tant pour la collation que pour le respect de ces nouveaux lieux. Un règlement est d'ailleurs élaboré avec l'aide du Conseil des enfants. Pendant une année, Delphine Brousse est dégagée d'un cinquième temps pour coordonner le projet. Il portera sur l'introduction d'une nouvelle collation et ceci en lien avec trois axes de travail : hygiène, choix de consommation, goûts et saveurs. Elle passe cinq fois dans chaque classe, correspondant aux cinq étages de la pyramide alimentaire. Elle sensibilise les enfants et les fait réfléchir à leurs habitudes de consommation. Par exemple, lorsqu'elle parle

de l'eau, elle aborde la production de déchets des bouteilles en plastique. Une dégustation de différentes eaux lors de la collation complète l'initiation. Chaque étage de la pyramide suscite ainsi des activités concrètes et des découvertes pour ces enfants de la ville : comment faire du beurre avec le lait ? A quoi ressemblent les épinards ? Goûter différentes soupes... « Cela représentait beaucoup de travail, ce qui n'est plus possible actuellement, puisque je n'ai plus ce temps de coordination. Mais Jacqueline a pris la relève et sensibilise les enfants lors de la collation. » Aujourd'hui, par exemple, puisque c'est la semaine « bio », elle attire leur attention sur les produits bio.

## De la collation à la cantine du midi

Autres retombées de ce projet « collation », chaque année, toutes les classes sont invitées à une animation dans l'école autour de la ferme, du corps et de la biodiversité ; les 1<sup>e</sup> et 2<sup>e</sup> vivent un atelier pain et passent une journée à la ferme ; les 4<sup>e</sup> suivent des animations sur l'eau...

Citons aussi la cantine, qui a tout d'abord supprimé fritures et sucreries au profit de fruits et de légumes - très appréciés par les enfants fréquentant la collation - et, depuis peu, introduit le bio et les produits régionaux avec l'aide de l'asbl Bioforum.

D'autres projets ? Les jeunes ont aussi participé au Parlement des Jeunes Wallons et aux journées « Effet de jeunes contre effet de serre » qui s'en suivirent... Pour l'année prochaine ; verduriser l'école avec « Canal nature », autre campagne proposée par l'asbl Green!

Joëlle VAN DEN BERG

## Contact

Collège du Sacré-Coeur - Charleroi - 071 23 10 79 -  
d.brousse@swing.be

## Au fil des projets, des habitudes s'installent






A l'école communale de la Sapinière, l'alimentation saine et respectueuse de l'environnement s'installe au cours du temps et des projets. Depuis six ans, les collations collectives (voir *outil Tournesol en pp. 20-21*) sont au menu quotidien des « 10h » (saut le mercredi). L'eau du robinet y est accessible dans les classes, où des gobelets sont disponibles. Mais aussi dans la cour, où est installé un robinet fontaine, ou encore à la cantine. Pas question de venir avec son berlingot à l'école ! Depuis que la commune a lié contrat avec un nouveau traiteur, le « bio » s'invite aux repas chauds. Des compostières collectives installées dans l'enceinte de l'école sont à disposition du quartier, des familles d'élèves, et de l'école bien sûr. Plein succès ! Le compost viendra bientôt enrichir les potagers des élèves. Les fruits et légumes cultivés seront l'occasion de nombreuses observations et d'ateliers cuisine. La boucle est bouclée en attendant de nouvelles idées et... le retour des poules au poulailler ainsi que l'installation d'un rucher après une année d'expérience concluante.

Ecole de la Sapinière - Watermael - Boisfort - 02 672 76 10 -  
phanneuse@watboisfort.irisnet.be



installer une ruche dans l'école, avec l'association Apis Bruoc Sella

## Difficultés, obstacles, solutions

-  Une participation aux frais de 80 cents par collation et par enfant couvre tous les frais (aliments et Mme Jacqueline qui travaille 1h30 par jour comme ALE). Un petit bénéfice a même permis l'achat d'un « robot ».
-  « Difficile pour les élèves de 6<sup>e</sup> année qui se sont investis dans les projets environnement de l'école de ne pas trouver du répondant lorsqu'ils passent en secondaire », confie D. Brousse
-  Ce projet repose sur 3 à 4 personnes pour un total de 48 du corps professoral. C'est peu... C'est pourquoi il est important d'inscrire ces changements dans la durée.
-  « Chaque fois qu'une étape était réalisée, je voyais déjà la suivante. Au grand dam des collègues, découragés ! J'ai compris qu'il fallait d'abord reconnaître le travail accompli avant de penser à la suite ! », témoigne Delphine Brousse.
-  Il subsiste des incohérences dans l'école, des distributeurs, par exemple, sont toujours présents. Mais chaque chose en son temps.

## Spectacle pour alimenter le débat

« **Le bourreau du cœur** », pièce de théâtre drôle et originale pour sensibiliser les 6 – 12 ans aux maladies cardiovasculaires et à l'importance de prendre de bonnes habitudes alimentaires. Théâtre du Copeau, theatreducopeau@hotmail.com - 02 479 97 74



Ateliers (à gauche), collations thématiques (à droite), robinets fontaines (en haut) : l'alimentation se veut participative, équilibrée et variée au Collège du Sacré-Cœur à Charleroi,



## Carnet de voyage

Les 13 élèves de la classe de Mme Byk, de l'école d'enseignement spécialisé Andrea Jadoule à Angleur, ont mené un projet santé à la manière d'un voyage, en explorant les « Jardins suspendus de la santé ». Chaque jardin représente une étape, un aspect de la santé, en fort lien avec l'environnement. Les élèves ont ainsi exploré l'alimentation, le bien être dans sa tête, la nature, la forêt, la santé de la Terre, le sport, l'eau, la planète... Un voyage imaginaire émaillé d'activités. Un petit magasin de collations a permis d'explorer la chaîne de distribution des aliments et les questions de transport, de pollution. Les séances de dégustation et découverte des goûts ont été l'occasion d'entrer dans l'univers des 5 sens.

Les priorités éducatives et pédagogiques et la motivation de l'enseignante ont permis à la classe de garder le cap, de développer les apprentissages et les compétences. Sans oublier le choix judicieux de partenaires, dont CORDES, choisis en fonction des

objectifs. Idée à retenir : le « carnet de voyage » réalisé par la classe a permis aux élèves de suivre le fil du projet. Grâce à lui, ils se sont appropriés ce voyage santé où les liens sont tissés entre une activité et une autre : depuis l'installation d'une fontaine à eau jusqu'à la plantation de patates et la visite du grand chef pour une séance cuisine.

Cristine Deliens

Ecole Andréa Jadoule - Angleur - 04 342 31 42 -  
efc.jadoule@teledisnet.be  
Cordes asbl - cordes@cordes-asbl.be - 02 538 23 73 -  
www.mangerbouger.be