

Comment l'école apprend aux élèves à manger sainement

Le 18 avril, un «Grand Goûter» s'est déroulé à Pont-Bochet Reportage.

Ce jour-là, la salle des maîtres de l'école du Pont-Bochet ressemble à l'étal d'un primeur. Les tables disparaissent sous des monceaux de victuailles et de boissons. Un régal pour l'œil, qui promet d'être délicieux. Bien qu'au four et au moulin, Frédérique Mopolo, enseignante de 3^e primaire, prend le temps de nous décliner les produits. Un vrai inventaire à la Prévert: «Une trentaine de kiwis et une centaine de tomates, 21 citrons, 12 poivrons, 10 concombres, 30 baguettes de pain, 77 poires et 58 pommes, 9 ananas, 12 blocs de mozzarella, 15 pots de fromage blanc.» Ah oui, il y a aussi des carottes.

Si les enseignantes et enseignants se sont chargés des courses, depuis le matin toute l'école a mis la main à la pâte. «Les plus grands ont épluché et coupé les fruits et légumes, les plus petits ont embroché et tartiné», glisse la maîtresse. Côté boissons, trois mélanges bios sont prêts: citron-menthe-citronnelle, ananas-basilic et concombre-menthe poivrée.

Ce qui se prépare en coulisses, c'est un «Grand Goûter». Un concept



Deux élèves écoutent avec attention les explications de Yubitza Saa-Baud sur le stand GRTA. LUCIEN FORTUNATI

mis au point par le Département de l'instruction publique, de la formation et de la jeunesse (DIP). Objectif principal: apprendre aux enfants à manger plus sainement. Et, par ricochet, sensibiliser leurs parents... «C'est la première fois que nous en organisons un dans cette école», confie Christian Forgnone, directeur de l'établissement.

Partenaires incontournables

Dans la cour de récréation, des tables ont été dressées. Il est 16 h, la cloche sonne. Devant leurs parents, les élèves sortent, tout à la joie de ce mégagoûter qu'ils ont contribué à fabriquer.

Pour l'occasion, trois stands ont pris place. Partenaires incontour-

nables des goûters sains, la marque de garantie GRTA, la Fourchette verte et le DIP font partie intégrante du concept. Et, très vite, leurs animations vont trouver leur public.

«Du côté du GRTA, nous proposons des coloriages et des vignettes à coller sur une carte du monde, explique Yubitza Saa-Baud. L'idée, notamment, est de sensibiliser les enfants à la provenance des produits qu'ils consomment.» Des ateliers sur la saisonnalité des produits, les filières de la marque et les légumineuses complètent le dispositif. À la Fourchette verte, on découvre une animation autour d'une assiette équilibrée. Ici, il s'agit de placer les produits (légumi-

neuses, légumes et fruits, laitages, viandes, etc) dans les bonnes cases.

Le troisième stand remporte un gros succès. «Ici, on montre les quantités de sucres ajoutés et de graisses de mauvaise qualité dans différents goûters, indique France Gurba, diététicienne du DIP. Le volume de graisse est matérialisé dans des petites fioles, les sucres sous forme de morceaux.» Impressionnant de voir les proportions contenues dans des barres chocolatées, biscuits et autres boissons! «On propose également des alternatives pour des goûters plus sains. Car le message est aussi de montrer aux enfants et à leurs parents qu'une collation saine est source de plaisir.»

Et qu'en pensent les élèves? «Pour le goûter des 4 h, j'aime bien les bananes et les biscuits, si possible sans chocolat», confie sagement Noah. Amalia penche pour les tartines, Francesco pour les pommes, «mais avec aussi du chocolat!» «On fait attention, pour la récréation de 10 h, on privilégie les fruits, frais ou secs», souligne Coralie, une maman d'élève. «Et aussi les produits locaux», confie deux autres mamans, Antonella et Luisa. Quant à Angie, élève de 2^e primaire, ses parents Melody et Thomas lui glissent un fruit, un légume ou du pain dans son cartable. «Et parfois un petit morceau de chocolat», sourit la petite. **Xavier Lafargue**

Pour plus d'informations: <https://www.ge.ch/que-fait-ecole-ameliorer-alimentation-enfants-jeunes>

Sensibiliser les enfants à la diététique

● Trois questions à Elisabeth Guadagnolo, diététicienne au Service de santé de l'enfance et de la jeunesse de l'office de l'enfance et de la jeunesse (DIP).

Depuis quand sensibilise-t-on les élèves à la diététique?

Depuis la fin des années 80. Et depuis l'implémentation du Plan d'études romand, il est du devoir des enseignants de faire l'éducation nutritionnelle à l'école primaire. Aujourd'hui, étant uniquement deux diététiciennes actives dans les écoles et crèches du canton, nous nous concentrons surtout sur la mise en place de programmes tels que «Col-

lations saines» et formons les professionnels qui sont au contact des enfants: enseignants, éducateurs, cuisiniers et animateurs parascolaires.

Qu'apportent les produits GRTA?

Quand on parle d'alimentation équilibrée, on se doit d'aborder l'aspect environnemental. Le label GRTA permet par exemple aux enfants de reconnaître quels légumes et fruits viennent de Genève et ses alentours et de savoir quels sont ceux de saison.

Trois conseils aux parents afin qu'ils composent un goûter sain pour leur enfant?

D'abord, le goûter du matin n'est pas forcément nécessaire si on a fait un bon petit-déjeuner. Ensuite, toujours commencer par un fruit ou un légume, que l'on peut compléter par des féculents ou des produits laitiers, de préférence nature et sans sucres ajoutés. Enfin, le plaisir est primordial. On peut demander à l'enfant quel goûter lui fait plaisir en lui laissant choisir, par exemple, le fruit ou le légume de son choix. **XLA**

Plus d'infos: <https://www.ge.ch/que-fait-ecole-ameliorer-alimentation-enfants-jeunes/quel-goouter-peut-manger-mon-enfant-recreation>

Tribune de Genève

Les 20 ans de GRTA

Supplément de la Tribune de Genève en partenariat avec le Département du territoire, avec le soutien du Plan climat cantonal

Rédacteur en chef responsable:

Frédéric Julliard

Tamedia Publications romandes SA

Direction: 11, rue des Rois,

1211 Genève 2

Tél. +41 22 322 40 00

Une publication de

Tamedia Publications romandes SA

Indications de participations importantes

selon article 322 CPS: CIL Centre

d'Impression Lausanne SA