

Alimentation, mouvement et image corporelle

Formation pour les intervenant-e-s neuchâtelois-e-s de la santé scolaire

2 novembre 2017, 9h05-11h00

Laurence Margot, BSc-HES-SO, diététicienne ASDD, coordinatrice du projet PAPAÉ
Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire, Vaud



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

Version du 31.10.17

1

Plan de l'atelier

- Présentation mutuelle
- Travail en groupe
- Bases de réflexion
- Mise en commun et discussion



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

Version du 31.10.17

2

Travail en groupe

Les enseignant-e-s d'activité physique relèvent que certains enfants en surpoids ont de la difficulté à suivre les cours d'activité physique et sportive.

Ils se demandent ce qui peut être fait au sein de l'établissement scolaire.

Comment vous-y prenez-vous et quel serait le projet ?



Proposition de points à traiter

- Explication de la pertinence de la démarche
- But et objectifs
- Public-cible
- Intervenants, partenaires impliqués
- Etapes du projet, critères d'évaluation
- Moyens à mettre en œuvre



Pourquoi faire des cours complémentaires d'activité physique (CCAP) ?

- Augmentation des enfants en surpoids ou obèses
- Augmentation des enfants avec une mobilité insuffisante
- Volonté politique, à travers le programme PAPAE



Des valeurs pour guider l'action

- Non discrimination
- Non stigmatisation
- Respect des différences
- Mobilisation sociale
- Autonomie d'action des établissements
- Bâtir sur l'existant

SCHLÜTER V. (2009) Programme de promotion de l'activité physique et de l'alimentation équilibrée dans les écoles vaudoises http://www.vd.ch/fileadmin/user_upload/organisation/dfj/sesaf/odes/fichiers_pdf/ODES-Programme_act_phys_alim_description_mars_09.pdf



Qu'est-ce que ces cours CCAP

- ▶ Chaque établissement fait son propre concept
- ▶ 1 période au moins / semaine de mouvement
- ▶ Possibilité d'intégrer des notions d'alimentation
- ▶ Possibilité d'associer les parents à certaines séances



Comment les mettre en place ?

- Evaluation des besoins
- Création d'une groupe d'accompagnement
- Recrutement (ouvert à tous au départ, sans stigmatisation des élèves obèses)
- Demande de financement auprès de l'Unité PSPS (présentation de projet, demande de subsides, CHF et POC)
- Voir les liens possibles avec d'autres projets (alimentation, intégration des parents)



Ressource possible

- ▶ Cadre de référence pour les Cours complémentaires d'activité physique et sportive pour élèves en difficulté (CCAP)

www.vd.ch/fileadmin/user_upload/organisation/dj/sesaf/odes/fichiers_pdf/Document_cadre_cours_activite_physique_complementaire_081014.pdf



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

Version du 31.10.17

9

Ressource possible

Page PAPAE, du site www.ca-marche.ch

PROGRAMME DOCUMENTS MÉDIAS LIENS PARTENARIATS RÉSEAU MON PROFIL

ça marche!
CHANGER PLUS, MARCHER MOINS

ACCUEIL
AGENDA DES ACTIVITÉS
PARTENAIRE DE SPORT
PLANNIFICATEUR DE MENUS
RECOMMANDATIONS
ACTUALITÉS
PROJETS « ÇA MARCHÉ ! »

PAPAE

Le projet | Documents de référence | Sites de référence | Formation | Exemples de bonnes pratiques

Programme cantonal de promotion de l'activité physique et de l'alimentation équilibrée dans les écoles vaudoises, de l'Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

Depuis 2007, en partenariat avec le programme cantonal « Ça marche ! » et le Service de l'éducation physique et du sport (SEPS), l'Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS) gère le programme cantonal de promotion de l'activité physique et de l'alimentation équilibrée dans les écoles vaudoises (PAPAE).

L'Unité PSPS est le dispositif chargé de la mise en œuvre de la politique de promotion de la santé et de prévention dans les établissements scolaires du canton de Vaud. Elle réunit différents experts de projets et de programmes conduits le plus souvent en partenariat avec les établissements scolaires et les milieux associatifs. Son but est d'améliorer la cohérence et la pertinence des activités de santé scolaire, de donner un appui, un certain nombre de recommandations et un financement aux professionnels de la santé scolaire.

PAPAE, programme prioritaire, fixe le cadre et offre des outils pour la réalisation d'un environnement scolaire qui soit promoteur de comportements favorables à la santé. Il vise à ce que chaque établissement scolaire élabore une politique de santé cohérente et pertinente en la matière. A cet effet, il y a lieu de valoriser les projets déjà réalisés dans les établissements scolaires et d'offrir les outils permettant de les diffuser et de les compléter.

LES ÉCOLES

CONTACT

Laurence Margit
Coordinatrice du programme PAPAE
Unité PSPS, AVASAD
Rte de Chavannes 37 Ouest
1024 Lausanne
Tel. 079 359 06 63
laurmc.margit@avasad.ch

Plus d'informations

Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

Version du 31.10.17

10

Ressource possible

Promotion Santé Suisse

The screenshot shows the website for 'Gesundheitsförderung Schweiz / Promotion Santé Suisse / Promozione Salute Svizzera'. The navigation bar includes 'Médias', 'Publications', 'News', 'Blog', 'Agenda', 'Login', and 'DE | FR | IT'. A search bar is present. The main menu lists 'Programmes d'action cantonaux', 'Prévention dans le domaine des soins', 'Gestion de la santé en entreprise', 'Soutien de projets', 'Bases', and 'Qui sommes-nous'. The breadcrumb trail is 'Programmes d'action cantonaux > Alimentation et activité physique > Enfants et adolescents > Thèmes clés > Ecole'. The 'Ecole' section title is followed by a paragraph: 'Grâce à notre engagement dans le domaine scolaire, nous avons l'opportunité de communiquer nos valeurs et recommandations auprès des enseignants, des enfants et de leurs parents.' Below this is a 'Projets scolaires (interventions)' section with a sub-header 'Nous finançons et accompagnons des projets qui encouragent les élèves à exercer une activité physique et à s'alimenter de manière équilibrée. Notre objectif est de promouvoir leur santé et leur bien-être.' A list of project categories is shown: 'Projets école enfantine / école primaire (3-6 ans)', 'Projets école primaire (7-12 ans)', 'Projets école secondaire I (13-16 ans)', and 'Projets école secondaire II (17-20 ans)'. A 'Contact' button and social media sharing icons are also visible.



- Liste de contrôle pour les écoles afin de promouvoir une alimentation équilibrée et une activité physique quotidienne

Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

Version du 31.10.17

11

Ressource possible

Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire
www.vd.ch/themes/formation/sante-a-lecole/projets-psps/

The screenshot shows the 'Santé à l'école' page on the website. The breadcrumb trail is 'THÈMES | AUTORITÉS | ANNUAIRE > Santé à l'école'. The main heading is 'Projets de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire'. The text states: 'L'Unité PSPS encourage et soutient la mise en oeuvre de projets PSPS dans les écoles. Un groupe de travail (colloque Projets PSPS) se réunit à quintaine pour étudier les projets qui lui sont soumis, en vue de l'octroi d'un subside.' It lists 'Les documents officiels suivants facilitent la mise en oeuvre des projets PSPS' and provides a list of documents: 'Conditions d'obtention de subside 2014 (pdf, 105 ko)', 'Procédure gestion demande de subside 2013 (pdf, 97,6 Ko)', 'Fiche de présentation et d'aide à la construction d'un projet PSPS (pdf, 311 ko) ou [img alt="Word icon"] Fiche de présentation et d'aide à la construction d'un projet PSPS (word, 104 ko)', 'Demande de subside (pdf, 310 ko) ou [img alt="Word icon"] Demande de subside (word, 98 ko)', and 'Récapitulatif des POC réalisés suite à un projet PSPS (pdf, 239 Ko) ou [img alt="Word icon"] Récapitulatif des POC réalisés suite à un projet PSPS (word, 137 Ko)'. It also lists 'Conditions liées aux spectacles et aux interventions de partenaires externes' with 'Spectacle (pdf, 84 ko)' and 'Intervention de partenaires externes (pdf, 25 ko)'. A 'Présentation de projet et demande de subside' section is also visible. The right sidebar contains contact information for the 'Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)' and lists the 'RESPONSABLE CANTONAL DES DÉLÉGUÉS PSPS' as W. Jean Schaefer, along with an 'ACCÈS DIRECTS' section.



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

Version du 31.10.17

12

Ressource possible

The screenshot shows the website www.guide-ecole.ch with a navigation menu (Accueil, Activités physiques, Projets d'école, Ressources, Actualité). The main content is a glossary entry titled "Allergies et intolérances alimentaires".

Glossaire
Allergies et intolérances alimentaires

Les allergies et les intolérances alimentaires sont en augmentation dans la population occidentale. Si beaucoup de personnes se disent allergiques, seuls 4% des adultes et 5 à 8% des enfants le sont effectivement (allergies et intolérances alimentaires, Centre d'allergie suisse, mars 2011). Ces deux troubles sont de natures différentes puisque les allergies se manifestent par une réaction exagérée du système immunitaire contre des substances habituellement inoffensives (allergie aux protéines de lait par exemple), tandis que les intolérances alimentaires sont dues à un défaut de fonctionnement de l'organisme induisant un problème de digestion d'un nutriment en particulier (intolérance au lactose).

Les allergies se manifestent sous la forme de troubles digestifs (diarrhées, vomissements, douleurs abdominales, etc.), respiratoires (asthme, rhume) ou cutanés (urticaire, eczéma). Dans les cas extrêmes, un choc anaphylactique nécessitant un traitement hospitalier peut même se présenter.

Les allergies ou les substances donnant lieu à des intolérances sont divers : pour ceux apportés par l'alimentation, les plus fréquentes sont ceux du lait, de certaines céréales (gluten), de l'œuf, des poissons et crustacés, du soja, des fruits oléagineux (arachide, amandes, noisettes, etc.) et de certains fruits ou légumes sensibles (pommes ou saumon).

Le traitement de ces troubles passe par l'éviction alimentaire. Selon les personnes et leur niveau d'allergie ou d'intolérance, toute trace d'aliment non-supporté devra être évitée, alors que pour d'autres de petites quantités seront possibles.

Lors d'action de promotion de la santé en lien avec l'alimentation ou de toute activité nécessitant la consommation d'aliments, il est indispensable de demander au préalable l'accord des parents quant à la dégustation de ces aliments par les élèves, afin de respecter les éventuelles contre-indications.

- Quelques exemples d'allergies ou d'intolérance
 - aha, Centre d'allergie suisse
 - ABC, association romande de cœliaque

Brunch

Le terme brunch combine les mots anglais breakfast (petit-déjeuner) et lunch (déjeuner). Un brunch est un type de repas qui combine des plats et boissons des premiers et seconds repas de la journée. Il se prend généralement entre la fin de la matinée et le début de l'après-midi (entre 11h et 15h environ). Il se présente souvent sous la forme d'un buffet où chacun vient se servir en fonction de ses goûts et de son appétit. En promotion de la santé, le brunch peut être l'occasion d'un déjeuner/dîner équilibré pour découvrir les produits du terroir et de savoir selon la nouveauté alimentaire.

www.guide-ecole.ch



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

Version du 31.10.17

13

Exemple d'un projet mis en place

DEPARTEMENT DE LA FORMATION, DE LA JEUNESSE ET DE LA CULTURE
 Service de l'enseignement spécialisé et de l'appui à la formation (SESAT)
 Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

DEPARTEMENT DE LA SANTÉ ET DE L'ACTION SOCIALE
 Service de la santé publique (SSP)

REC U le 15 MAI 2016

FICHE DE PRESENTATION ET D'AIDE A LA CONSTRUCTION D'UN PROJET PSPS

Année scolaire 2015-2016

A transmettre au minimum 30 jours (hors vacances scolaires) avant le début du projet.

Nous vous remercions de bien vouloir compléter dactylographiquement ce document et d'utiliser la version de l'année scolaire en cours, téléchargeable à partir du site de l'Unité PSPS : www.vd.ch/Themes/Formation/Service-de-la-sante-et-de-prevention-en-milieu-scolaire-et-d'enseignants

Reservé à l'Unité PSPS

Somme allouée :	Date séance : 14 05 16	N° Accès : 684	<input type="checkbox"/> PAPAE	<input type="checkbox"/> Site
Titre du projet : Food fit and fun				
Nom d'établissement : EPS Ollon		N° LAGAPES(DGEO) : 1121		
Réfèrent-e du projet (En cas de vacance ou de délégation) :				
Nom, prénom : Menétrey Baumann Catherine		Fonction : Infirmière scolaire		
E-mail : catherine.menetrey.baumann@avausad.ch		Téléphone : 0791950798		
Date de début du projet : 22 août 2016		Date de fin du projet : 07 juillet 2017		

https://www.vd.ch/fileadmin/user_upload/organisation/dj/sesaf/odes/Projets_etablissements/2016/N684_EPS_Ollon_Food_fit_and_fun_18_05_16.pdf



Unité de promotion de la santé et de prévention en milieu scolaire (Unité PSPS)

Version du 31.10.17

14