

Décembre

2007, N° 1



Avec l'arrivée des fêtes de fin d'année, une nouvelle publication !

Nous vous proposons de découvrir notre dernier-né, la Newsletter Senso5 ! Son but est de vous fournir régulièrement des informations sur l'avancement du projet, de vous présenter certains résultats, bref de maintenir l'attitude Senso5 auprès de tous les acteurs du projet. D'où une publication semestrielle.

Pour ce tout premier numéro, nous vous proposons de partir à la découverte de l'une de nos activités phares de 2006-2007 : les brunchs. Toute une organisation pour le plus grand plaisir des enfants !

Nous profitons enfin de cette newsletter pour vous souhaiter d'excellentes fêtes de fin d'année et vous présenter tous nos vœux pour 2008 !



La rédaction

Senso5 en bref

Vision

Développer une vision humaniste de l'alimentation qui veut contrebalancer une vision plus fonctionnelle pour laquelle manger se restreint au domaine de la santé.

Contexte

Les comportements alimentaires inadéquats constituent un problème de santé de plus en plus important en Suisse. La situation s'est d'ailleurs détériorée depuis 1992. Certaines manières de vivre et habitudes prises dans la jeunesse peuvent entraîner l'apparition de problèmes de poids seulement bien plus tard, autour du milieu de vie. Les programmes de santé publique sont principalement axés sur la nutrition et le mouvement, et ne prennent souvent pas en compte les aspects sensoriels de l'alimentation.

Malgré l'intérêt porté au goût et à l'odorat par divers pédagogues, ces deux sens sont les moins utilisés dans le cadre scolaire. Solliciter les 5 sens des enfants permet de développer, par l'exercice, les capacités perceptives des enfants pour multiplier leurs expériences, pour qu'ils cherchent, s'interrogent et accroissent leur objectivité et par conséquent, enrichissent leur intelligence.

Projet

Le projet pédagogique et de promotion de la santé Senso5 explore une voie différente de celles proposées jusqu'à présent : une voie sensorielle.

Tout en respectant le développement psychologique normal de l'enfant et ce, sur toute la durée de l'année scolaire et de la scolarité, les deux objectifs principaux de ce projet sont de développer des outils d'apprentissage plurisensoriels ainsi que la curiosité et le plaisir d'une alimentation diversifiée des enfants.

Objectifs

Donner du sens à l'acte alimentaire en développant une approche sensorielle pluridisciplinaire qui participe à promouvoir la santé chez les enfants.

— **Développer une éducation au monde alimentaire** non stigmatisante basée sur les 5 sens et le plaisir alimentaire.

- Dans le cadre scolaire : généraliser une démarche intégrable dans n'importe quel centre scolaire, utilisant pédagogiquement les 5 sens et tenant compte des objectifs transversaux.
- Dans le contexte socioculturel : inscrire une approche sensorielle de l'alimentation dans la société (colloques, publications, manifestations...).

— **Valider les effets de la démarche sur la promotion de la santé** par la définition et le suivi d'indicateurs spécifiques. La démarche en cours veut contribuer à développer chez l'enfant un rapport sain (contenu de l'assiette et lien psychologique) avec l'alimentation dans le contexte sociologique actuel.



En route pour les brunchs !

Afin de valider scientifiquement la démarche Senso5, nous avons organisé en octobre 2006 et mai/juin 2007 des petits-déjeuners pour les enfants. Cet atelier a pour but d'évaluer s'il existe des différences entre les enfants qui sont dans le projet (groupe expérimental) et les enfants qui n'ont pas été intégrés à Senso5 (groupe contrôle).

C'est ainsi que nous avons accueilli 220 enfants des écoles de Sion à la HES-SO Valais. L'enfant a pu choisir, parmi un buffet de plus de 40 aliments, ce qu'il avait envie de goûter sachant qu'il n'était pas obligé de finir son plateau et qu'il pouvait simplement goûter. Les aliments retenus ont été sélectionnés selon divers critères : quantitativement selon la pyramide alimentaire, appartenance ou non à un déjeuner traditionnel comme par exemple les tartines, le thon, faible degré de transformation (ont été évitées par exemple les céréales de petit-déjeuner au chocolat).

A relever que certains aliments étaient aussi proposés sous des formes différentes (ex. fruit entier, séché ou coupé).

Organisation

Ces journées ont nécessité des ressources importantes tant pour l'achat des produits, leur préparation que pour l'encadrement des enfants. Fort heureusement, nous avons pu bénéficier de l'aide de 5 auxiliaires et d'étudiants en soins communautaires de l'Ecole professionnelle de Châteauneuf. Ainsi, chaque enfant avait une personne de référence pour le guider (un adulte pour deux enfants), ce qui a permis un déroulement des petits-déjeuners dans le calme et la sérénité.

A noter enfin que ces brunchs seront organisés une fois par année sur les deux groupes de projet de 2006 à 2011.



J'arrive avec mes copains...



Je choisis ce qui me plaît...



Il ne me reste plus qu'à apprécier !

Enquête parents

Nous avons réalisé une enquête auprès des parents afin de savoir si les enfants parlent à la maison des activités faites en classe. Pour ce faire, nous leur avons demandé de répondre à 6 questions. 67 questionnaires nous ont été retournés (taux de retour de 55.8%) et voici les principaux résultats :

- 57 parents (85.1%) sur les 67 qui nous ont répondu, ont indiqué que leur enfant leur a parlé des activités effectuées en classe. En règle générale, ils en discutent au cours des repas (54.4%) mais aussi dans un autre contexte (22.8%), comme par exemple lors des trajets maison/école, lors du récit de la journée, le jour des brunchs, en regardant la TV, etc. A noter que 22.8% des parents ont mentionné les deux cas de figure : repas et autre contexte.
- Par ailleurs, dans 37.3% des cas, les parents nous ont affirmé que leur enfant a changé d'attitude vis-à-vis de l'alimentation. Lorsque nous leur avons demandé de spécifier en quoi, ils nous ont écrit principalement que leur enfant goûte plus volontiers des aliments qu'il ne connaît ou n'aime pas.
- Enfin, les parents avaient la possibilité de nous faire part de leurs remarques ou suggestions sur le projet. Sur les 27 parents qui ont répondu à cette question, 21 parents nous ont félicités pour Senso5 et fortement conseillé de continuer la démarche. Trois parents nous ont également suggéré d'augmenter l'information faite aux parents (ex. donner des pistes pour continuer à la maison).

Au regard des résultats, nous ne pouvons que nous réjouir de ces informations encourageantes !