



Connaissez-vous un fruit ou un légume bizarre?

C'est avec cette question que nous proposons aux enseignants de primaire et de secondaire d'interpeller leurs élèves et d'introduire ou d'approfondir le thème de l'alimentation et de la santé en classe.

L'affiche ci-jointe «Une année... aux petits oignons» permet d'aborder ce thème avec les élèves du dernier degré primaire et du premier degré du secondaire. Avec cet outil, nous proposons à la classe d'explorer - au départ de questions - les multiples facettes des fruits et des légumes: depuis les différents modes de production jusqu'aux recettes préférées en passant par l'environnement, les prix de consommation ou encore les habitudes de repas.

Pourquoi démarrer l'année avec les fruits et les légumes? Pour plusieurs «bonnes» raisons:

Tout d'abord, l'enquête européenne «Santé des jeunes» réalisée en Belgique par le SIPES-ULB a démontré que même si depuis 1994, les jeunes consomment davantage de fruits et de légumes, ceux-ci pourraient être consommés plus fréquemment. Le Plan National Nutrition Belge recommande en effet la consommation de 400gr de fruits et légumes par jour.

Par ailleurs, consacrer la plus grande part de son assiette aux céréales et légumineuses et aux fruits et légumes locaux, de saison, produits sur un mode agro-écologique, constitue un plus pour la santé de chacun et réduit l'impact de notre consommation sur l'environnement.

Enfin, les Régions et la Communauté française proposent, avec l'aide de l'Union européenne, un programme de distribution gratuite de «Fruits et Légumes à l'école»¹ et des outils pédagogiques² encourageant les apprentissages tout en préparant et en dégustant ces aliments en classe. L'affiche «Une année... aux petits oignons» poursuit dans cette idée. Elle permet d'explorer de nouveaux savoirs et d'exercer l'esprit critique des élèves tout en faisant des liens entre les différents facteurs qui influencent nos habitudes alimentaires et nos modes de consommation.

Susciter la curiosité des élèves et l'appétit de goûter en s'assurant que ces aliments soient accessibles à chacun et à tous, que ce soit dans les cantines scolaires ou dans les pique-niques, voilà un des défis que les acteurs scolaires et les partenaires éducateurs peuvent chercher à relever pour mener à des choix et à des environnements plus favorables à la santé à l'école comme à la maison.

Nous souhaitons à toutes et tous de belles découvertes et de savoureuses dégustations!

POUR OBTENIR L’AFFICHE «UNE ANNÉE... AUX PETITS OIGNONS»:
 nous vous proposons de faire participer vos élèves. Voici la consigne pour la classe:
 • «Connaissez-vous un fruit ou un légume «bizarre»? Présentez-le nous!»
 • Répondez tous ensemble à cette question pour recevoir notre affiche «Une année... aux petits oignons».
 Nous attendons votre lettre et vous répondrons très rapidement.



Cristine Deliens et l'équipe Cordes
 Coordination Éducation & Santé asbl (Cordes)
 Avenue Maréchal Joffre, 75
 1190 – BRUXELLES

MERCI DE BIEN VOULOIR DIFFUSER CETTE INFORMATION AUX ENSEIGNANTS ET PARTENAIRES ÉDUCATEURS DE L'ÉCOLE.

¹ Voir www.agriculture.wallonie.be, www.bruxelles.irisnet.be et www.cfwb.be.

² L'outil «En rang d'oignons», édité par notre asbl avec le soutien de la Communauté française, est disponible pour les classes maternelles et primaires. Informations: cordes@cordes-asbl.be ou 02 538 23 73 (tél - fax - rép.). L'outil «Petite bibliothèque gourmande» est disponible au Service Général des Lettres et du Livre de la Communauté française de Belgique – 04 232 40 15