

Présentation de projet dans le cadre du guide « Bouger, manger à l'école »

Titre du projet : Mon sandwich équilibré fait par moi-même

Etablissement, canton : Ecole secondaire de Saignelégier, Jura

Personne(s) de contact (nom/ prénom/ tel/ courriel) : Claudia Job /032 951 29 02/ claudia.job@ju.educanet2.ch

Thème(s)	Alimentation <input checked="" type="checkbox"/>	
	Activité physique <input type="checkbox"/>	
	Autre: <input type="checkbox"/>	
Mots-clés alimentation/ activité physique	<input type="checkbox"/> Cantine/ Cafétéria <input type="checkbox"/> Cours de cuisine <input type="checkbox"/> Camps <input type="checkbox"/> Distributeurs <input type="checkbox"/> Déplacements à l'école <input checked="" type="checkbox"/> Education à la santé	<input type="checkbox"/> Exploration des besoins <input type="checkbox"/> Besoins particuliers <input type="checkbox"/> Journées sportives /joutes sportives <input type="checkbox"/> Parents <input type="checkbox"/> Récréation <input checked="" type="checkbox"/> Autre:
Dimension du projet	- Projet d'établissement <input checked="" type="checkbox"/>	
	- Projets concernant une ou plusieurs classes <input type="checkbox"/>	
Résumé du projet et légitimation <small>(En quoi ce projet est-il prioritaire dans votre contexte ? Sur quels besoins s'appuie-t-il? (événement particulier, constat, demande, etc.)</small>	<p>Lors de divers camps, nous avons constaté qu'un nombre considérable d'élèves ont pour habitude d'apporter avec eux une "réserve" de chips et d'autres en-cas très gras. Ceci afin de les manger pendant les pauses du voyage ou après une journée de ski. Cette pratique avait lieu même en sachant qu'un goûter était prévu après le ski et que les inconvénients du grignotage avaient été clairement expliqués. D'ailleurs le surpoids de certains élèves et leur état physique, même pour la marche, nous préoccupait.</p> <p>La visite du site de la fondation O2 nous a aidé à trouver une activité convenable pour la sensibilisation de nos élèves à une alimentation équilibrée.</p>	
Objectifs généraux <small>(Quelle est la finalité du projet? Pour quoi faire ? Quelle plus value le projet amène-t-il à l'établissement ?)</small>	<p>Sensibiliser les élèves aux avantages d'une alimentation équilibrée. Présenter aux élèves un choix varié et inattendu d'ingrédients pour un repas rapide, amusant à préparer, convivial et équilibré. Stimuler la co-participation des enseignants et des élèves à la préparation en commun d'un repas simple, à déguster tous ensemble.</p>	

<p>Intervention envisagée</p> <p>(En quoi consiste le projet, principales étapes envisagées)</p>	<p>Nous avons choisi le dernier jour de classe avant les vacances de Noël pour mettre en place notre activité intitulée: "Mon sandwich équilibré fait par moi-même".</p> <p>Comme première étape, les maîtres de module avaient rappelé/présenté les notions d'alimentation équilibrée aux élèves pendant les leçons d'EGS.</p> <p>Parallèlement, les quantités et types d'ingrédients nécessaires pour l'élaboration de sandwiches équilibrés avaient été discutés.</p> <p>De petites affiches artistiques avec les noms des différents types d'aliments: "protides", "lipides", "hydrates de carbone", "fibres", "vitamines", ont été préparées par les élèves. Un grand panneau avec les mots: "Sandwichs équilibrés" a été préparé par nos "artistes" pour décorer le hall d'entrée de notre école, lieu choisi pour notre repas.</p> <p>La mise en place des tables pour présenter les ingrédients, des tables pour la préparation en soi des sandwiches, des bancs pour assurer la convivialité, des décorations et du poste pour les boissons été discutée entre les enseignants et les élèves et installée avec la collaboration de notre concierge. Le jour J, enseignants et élèves se sont confrontés à une riche diversité de pains complets, légumes joliment présentées, viandes froides, œufs, olives, thon, fromages des Franches Montagnes et beurre, moutarde à tartiner. Ils ont eu l'embarras du choix pour préparer chacun et chacune un, deux, même trois sandwichs de leur choix. La dégustation s'est déroulée dans un climat de convivialité et de joie.</p>
<p>Groupe(s) cible(s) :</p> <p>Nombre :</p>	<p><input type="checkbox"/> Maternelle</p> <p><input type="checkbox"/> Primaire</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Secondaire I</p>
<p>Quels sont les besoins du/des groupe(s) cible(s) ? Comment ont-ils été déterminés ? Comment le groupe cible est-il associé à la planification et à la mise en œuvre du projet ?</p>	<p><input type="checkbox"/> Secondaire II</p> <p><input type="checkbox"/> Parents</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Enseignants</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Autre</p>
<p>Collaboration(s) internes et externes à l'établissement.</p> <p>(De quelle manière est sollicitée l'équipe de santé ? Réflexion initiale, réalisation, évaluation.)</p>	<p>Nous avons envisagé l'organisation d'une conférence de la part d'une nutritionniste dans notre école pour compléter les explications pendant les leçons d'EGS.</p>
<p>Indicateurs/atteinte des objectifs</p> <p>(Quels sont les éléments qui vont vous permettre de mesurer la réussite de votre projet ?)</p>	<p>Notre activité a été pour le moment une démarche assez restreinte. Une continuation avec la mise en place de conférences et de périodes plus longues où on ne mange "que" de l'équilibré avec les élèves serait souhaitable. Nous pensons particulièrement à une semaine de camp sous le signe "Cuisine du monde, équilibrée".</p>

<p>Evaluation</p> <p>(De quelle manière allez-vous mesurer le résultat de votre projet ? Interview, questionnaire de satisfaction, ...)</p>	<p>Nous pourrions éventuellement faire un questionnaire d'évaluation de notre activité.</p>
<p>Budget</p> <p>(Détail du coût des interventions)</p>	<p>Matériel : pour 145 participants (130 élèves et 15 enseignants): 850 CHF Transport :- Ressources humaines :- Autre (précisez) :- Intervenants de l'école :- Partenaires extérieurs à l'école :-</p> <p>Total :850 CHF</p>
<p>Communication et valorisation</p> <p>(Information aux parents, aux enseignants, aux partenaires, à la presse, etc.)</p>	<p>Une lettre explicative des objectifs et du déroulement de la journée a été adressée aux parents. La commission scolaire a été invitée à participer à notre journée.</p>
<p>Date de début et de fin</p>	<p>début: mi-novembre 2009 fin: 18 décembre 2009</p>
<p>Informations complémentaires</p>	

