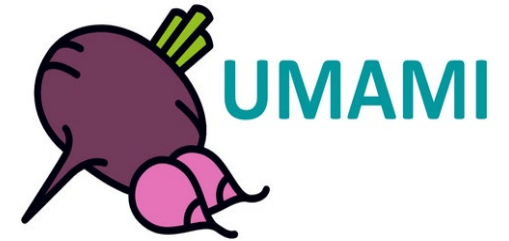


Rencontre Romande EDD



Dans le cadre du projet UMAMI:

DEVELOPEMENT INTER&TRANSDISCIPLINAIRE D'UN PROGRAMME DE
L'EDUCATION à L'ALIMENTATION SAIN ET DURABLE POUR L'ECOLE PRIMAIRE

Fabienne Bochatay (Fondation Senso5) & Charlotte Bourcet
(Collaboratrice scientifique, BFH-HAFL)

Une culture d'établissement alliant santé, égalité et durabilité - Ça veut dire quoi ?

Atelier 10

Les enjeux de l'alimentation au sein de l'école : co-création de pistes d'actions pour contribuer à un comportement alimentaire sain et durable

Quel rôle peut jouer l'école pour contribuer au comportement alimentaire nécessaire pour l'atteinte des ODD ? Comment y contribuer, de manière attractive en faisant de l'éducation nutritionnelle ?

Au travers de cet atelier ludique et pratique, nous vous inviterons à partager une réflexion sur les représentations et sur le contexte alimentaire actuel afin d'avoir une vision globale des conséquences de notre alimentation sur notre santé, notre société et notre planète.

Nous dialoguerons sur le rôle de l'école dans la transformation du « système alimentaire » et nous co-crèrerons des pistes d'actions concrètes à mettre en place de retour dans son école.

Fabienne Bochatay Morel, diététicienne et collaboratrice pour le projet école « Senso5 », Fondation Senso5

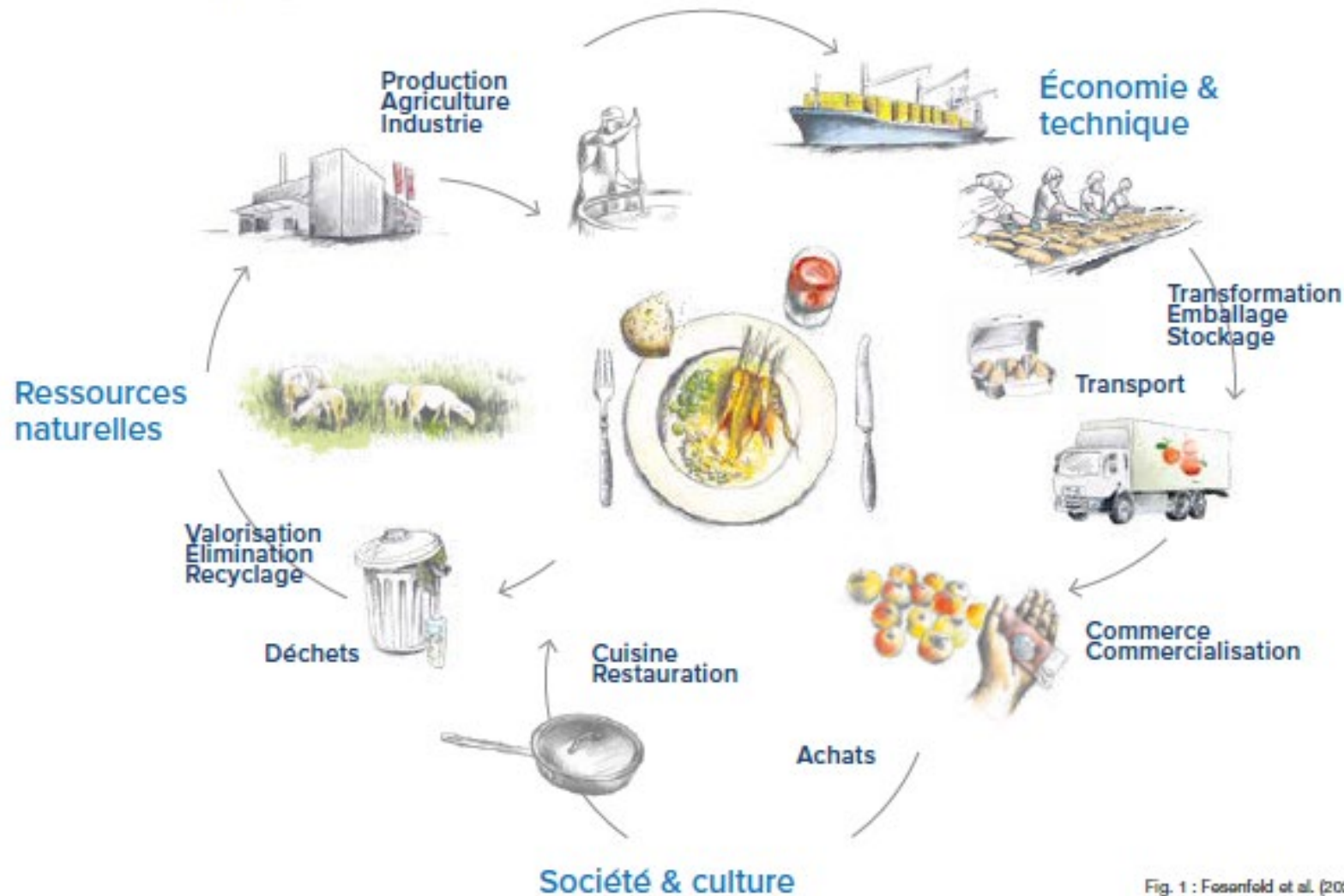
Charlotte Bourcet, spécialiste en sciences sensorielles et de la consommation, Haute école spécialisée Bernoise - sciences agronomiques, forestières et alimentaires (BFH-HAFL)

Public-cible

Cycles 1 à 3 et directions d'école



En quoi consiste le système alimentaire ?



DÉFINITION DU SYSTÈME ALIMENTAIRE

Le système alimentaire comprend toutes les composantes et activités allant de la production des aliments jusqu'à leur consommation, en passant par leur transformation et leur distribution, ainsi que toutes les substances que le système absorbe (inputs) et rejette (outputs).

Source : https://sdsn.ch/wp-content/uploads/2023/02/Fesenfeld_et_al_SDSN_Leitfaden_Ernaehrungszukunft.pdf

Fig. 1 : Fesenfeld et al. (2023)²⁰² / Tolak

L'alimentation n'a pas uniquement un impact sur la santé humaine !

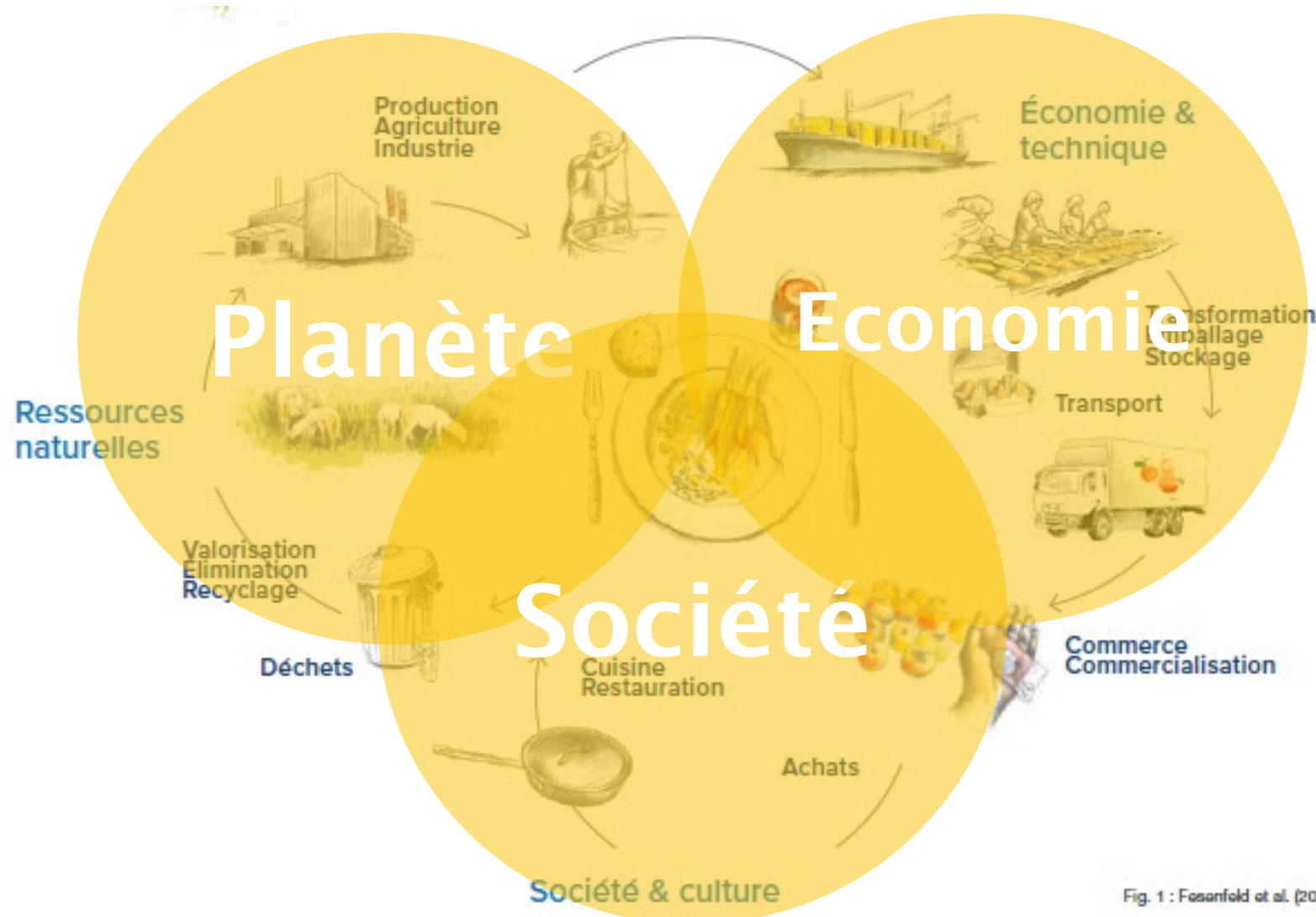
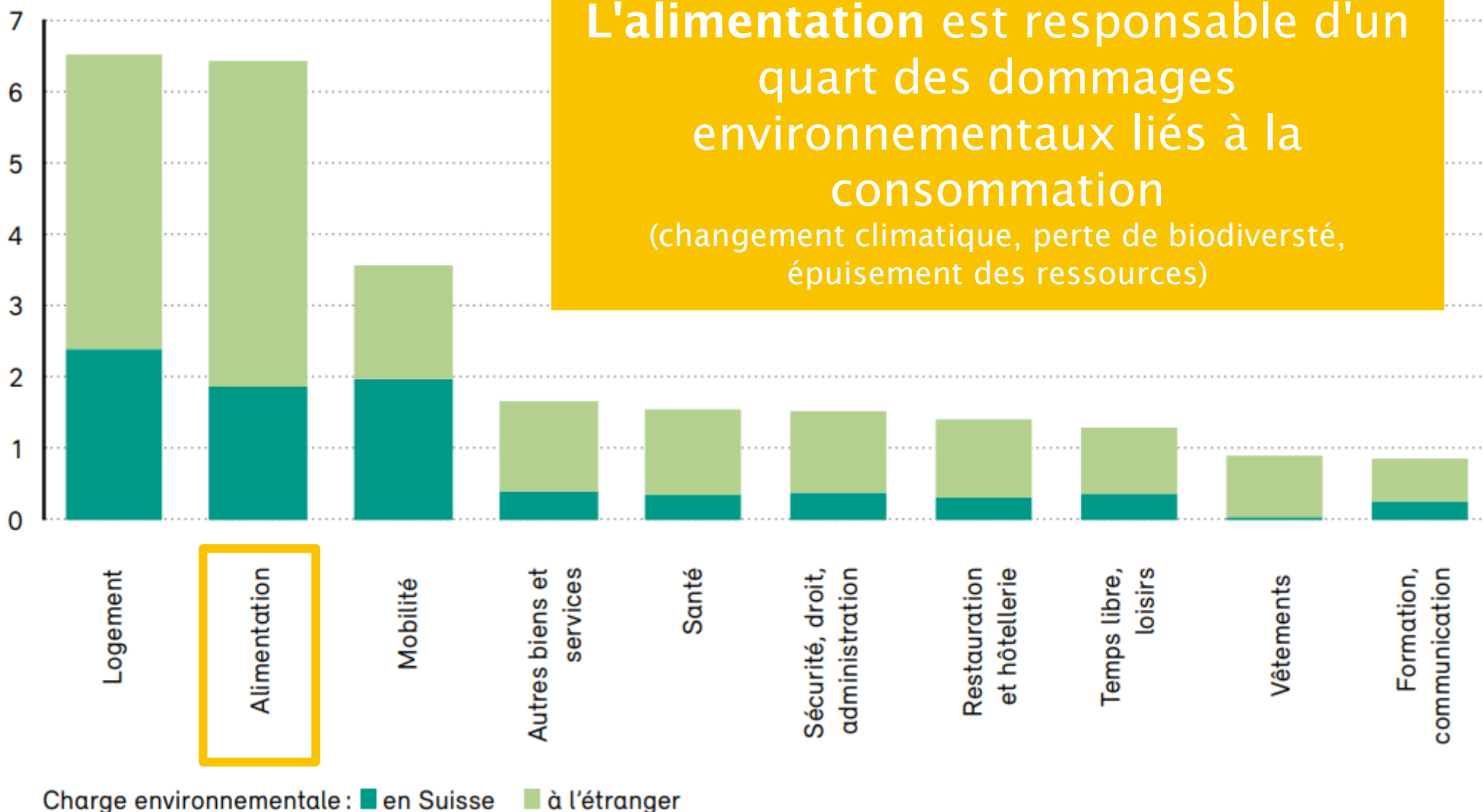


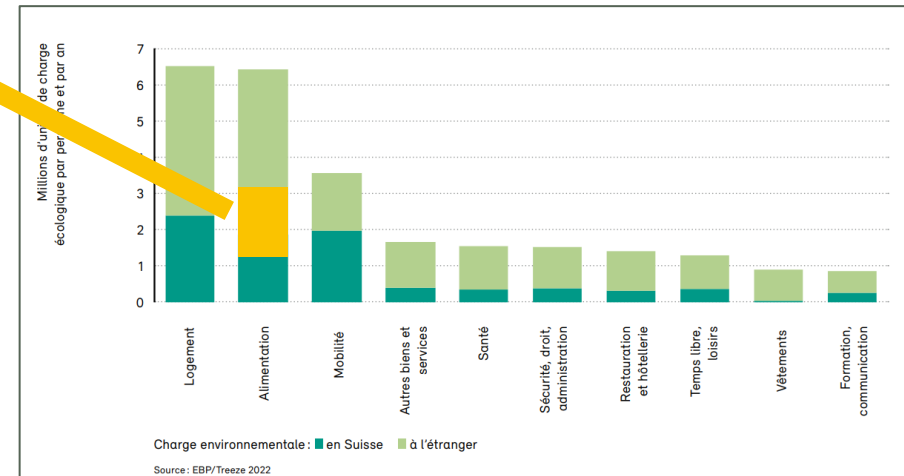
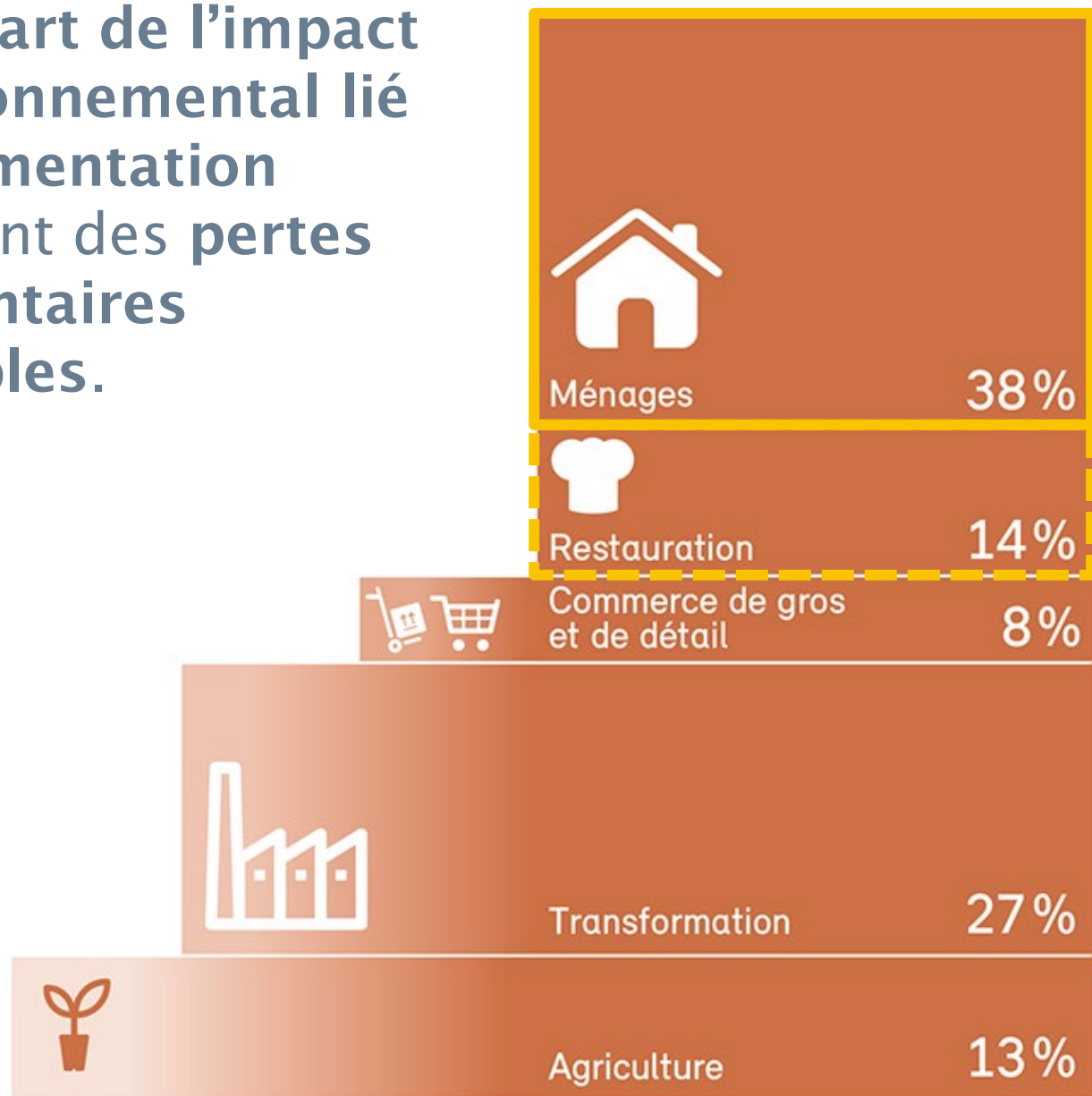
Fig. 1 : Fesenfeld et al. (2023)²⁰⁷ / Telak

Millions d'unités de charge
écologique par personne et par an



Source : EBP/Treeze 2022

Un quart de l'impact environnemental lié à l'alimentation provient des pertes alimentaires évitables.

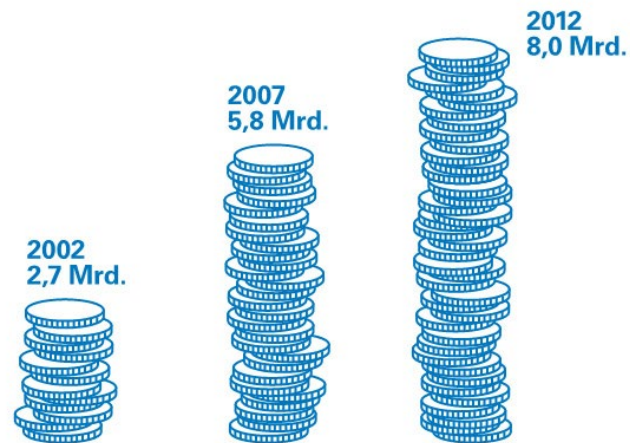


Lien alimentation et santé est connu, mais gros impact économique également

- ▶ Les coûts de la maladie liés au surpoids et à l'obésité ont triplé entre 2002 et 2012, passant de 2,7 milliards de francs à environ 8 milliards de francs par an

Coûts du surpoids et de l'obésité

Evolution des coûts du surpoids et de l'obésité



+ inégalité sociales (accès à l'alimentation, conditions de travail etc.)

Système alimentaire en classe

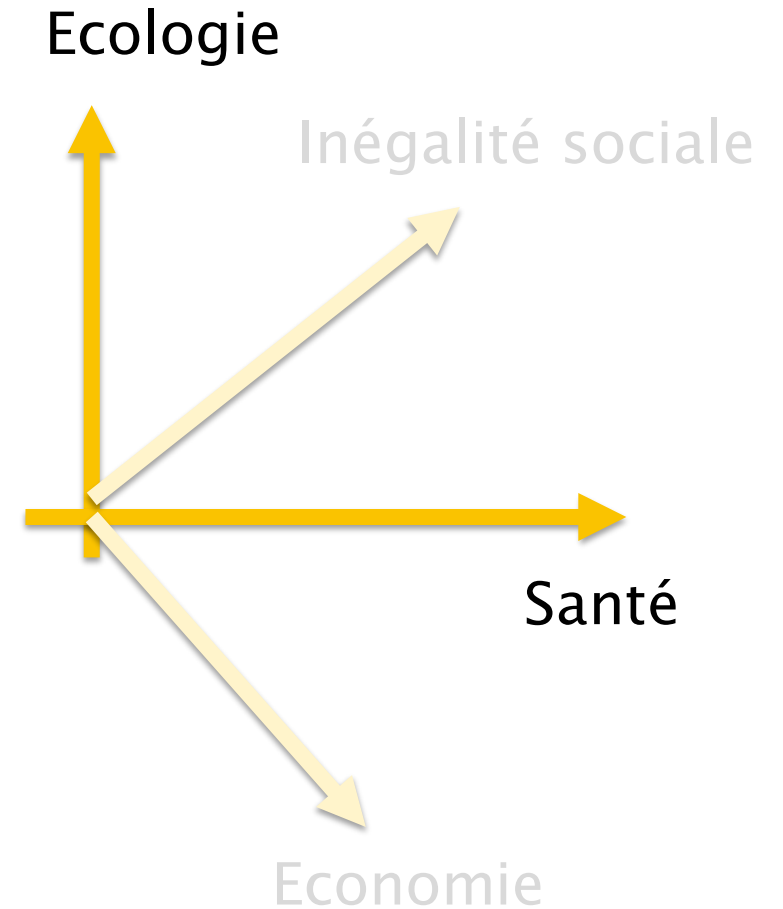


Systeme alimentaire en classe



Travail de groupe

Placez les aliments sur le graphique en fonction de leur impact sur l'environnement et de leur importance pour notre santé.



Le bilan écologique des aliments:

Définition:

Un écobilan est une analyse systématique de l'impact qu'un produit peut avoir sur l'environnement du début à la fin de son cycle de vie. Il prend en compte les différents types d'émissions (ex.: CO₂, nitrate, produits phytosanitaires) et l'utilisation des ressources (ex.: énergie, eau, terres).

Unités de charge écologique (UCE):

Le résultat de l'écobilan est synthétisé dans une valeur unique, exprimée en unités de charge écologique (UCE). Plus cette valeur est élevée, plus l'impact sur l'environnement est important.

Taille des portions:

Ce graphique représente les UCE des différents aliments pour une portion. La taille des portions est basée sur les recommandations de la pyramide alimentaire suisse.




Méthode:

Les UCE ont été calculées suivant la méthode de la saturation écologique (2013). Elle prend en compte l'impact environnemental des denrées alimentaires, de la production au supermarché. Il n'est pas tenu compte des impacts environnementaux ultérieurs, générés par le transport jusqu'au domicile, le stockage au réfrigérateur, la préparation, le gaspillage alimentaire et autres facteurs.

Conseils:

Comment gérer sa propre alimentation pour qu'elle soit la plus compatible possible avec l'environnement? Vous trouverez des conseils dans notre rubrique FOODprints[®], sur www.foodprints.ch

Légende:

Origine:
 CH: Suisse
 EU: Europe
 UK: Hors Europe
 PI - production intégrée
 Ø - moyenne

Impressum:

Source: ESU-services GmbH
 Graphique: truo.ch, Berne
 © Copyright 2020:
 Société Suisse de Nutrition SSN
www.sge-ssn.ch







Avec le soutien de:


www.healthy3.ch





Boissons

	Origine	Portion	UCE
 Café noir	UN	2 dl	575
 Thé noir	UN	2 dl	51
 Tisane de menthe	CH	2 dl	15
 Eau minérale en bouteille PET	CH	2 dl	90
 Eau du réseau	CH	2 dl	0.3










Légumes & fruits

	Origine	Portion	UCE
 Transport par avion	UN	120 g	1392
 Transport par bateau	UN	120 g	273
 Transport par la route	UE	120 g	257
 Transport par la route	CH	120 g	217
 Légumes sous serre (chauffés) Ø	CH	120 g	351
 Légumes de plein air	CH	120 g	181

Produits céréaliers, pommes de terre & légumineuses

 Riz (cru)	UN	60 g	465
 Pâtes (cru)	EU	60 g	391
 Pain	CH	100 g	324
 Pommes de terre	CH	240 g	260





Produits laitiers, viande, poisson, œufs & tofu

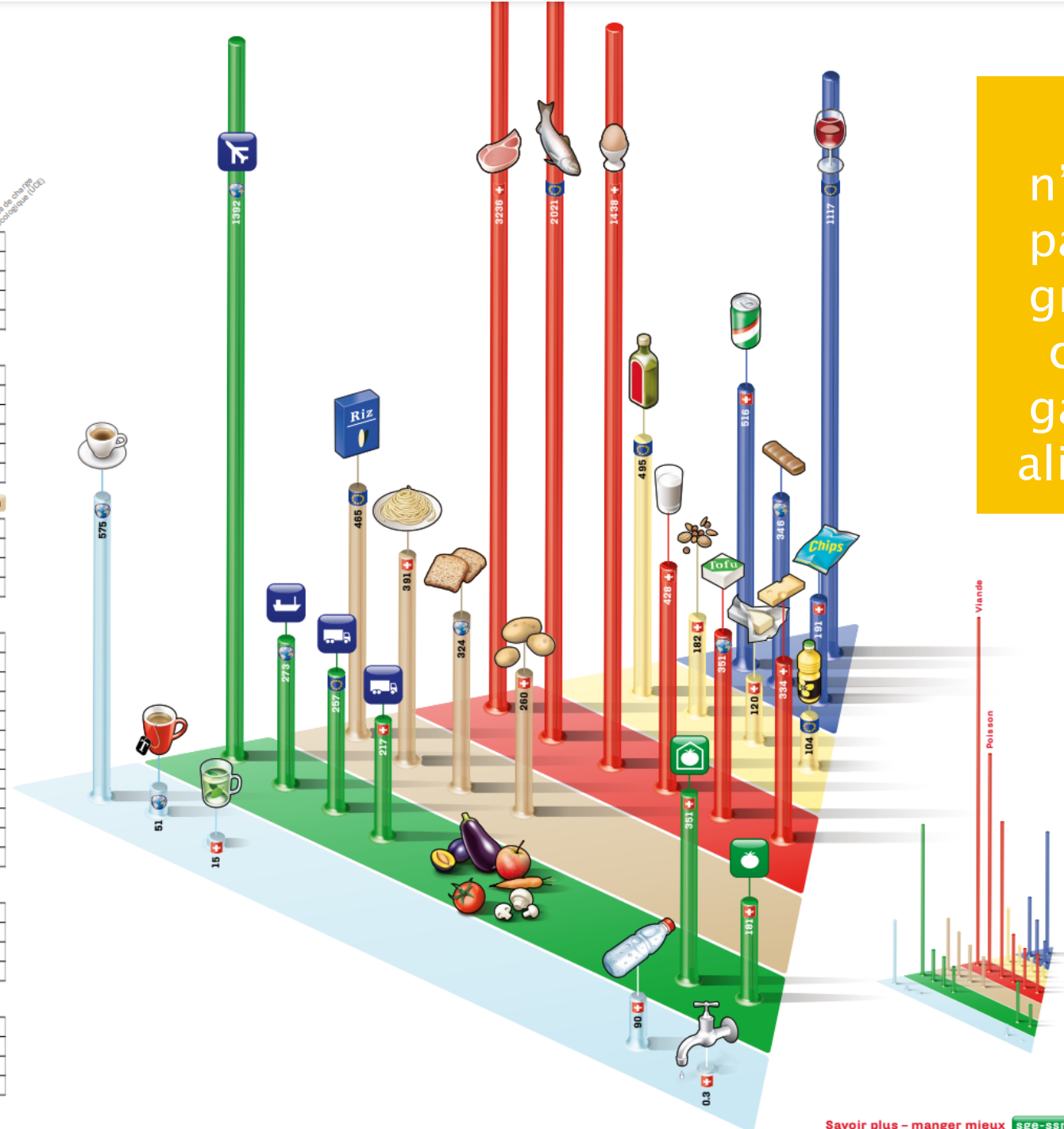
 Viande (Ø)	CH	110 g	3236
 Bœuf (PI)	CH	110 g	5928
 Porc (PI)	CH	110 g	2180
 Poulet (PI)	CH	110 g	1601
 Poisson (Ø)	UE	110 g	2021
 Saumon fumé (élevage)	UE	110 g	3196
 Poisson de mer (sauvage)	UE	110 g	1309
 Filet de truite (élevage)	UE	110 g	1560
 Œufs	CH	110 g	1438
 Lait	CH	2 dl	428
 Tofu	Mix	110 g	351
 Fromage	CH	30 g	334

Huiles, matières grasses & fruits à coque

 Huile d'olive	UE	10 g	495
 Amandes	UN	25 g	182
 Beurre	CH	10 g	120
 Huile de colza	UE	10 g	104

Sucreries, snacks salés & alcool

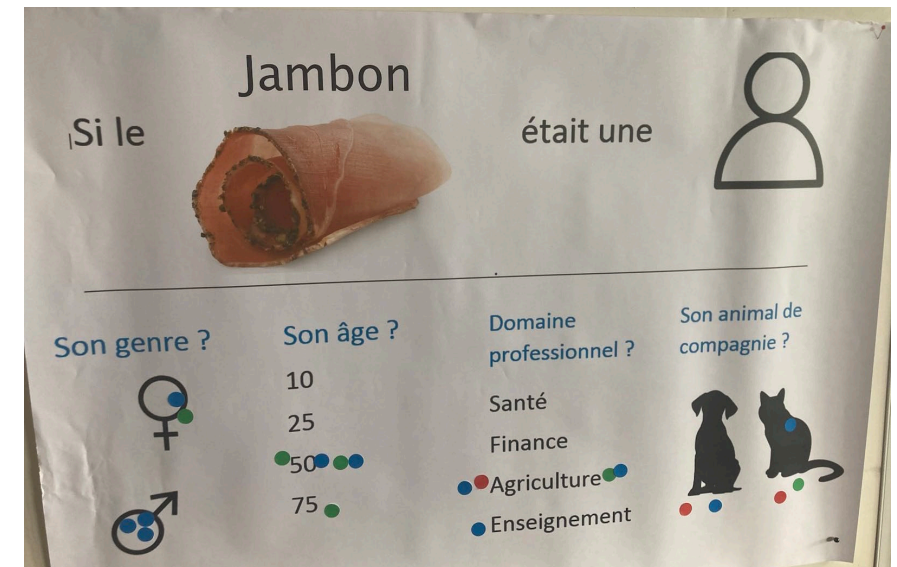
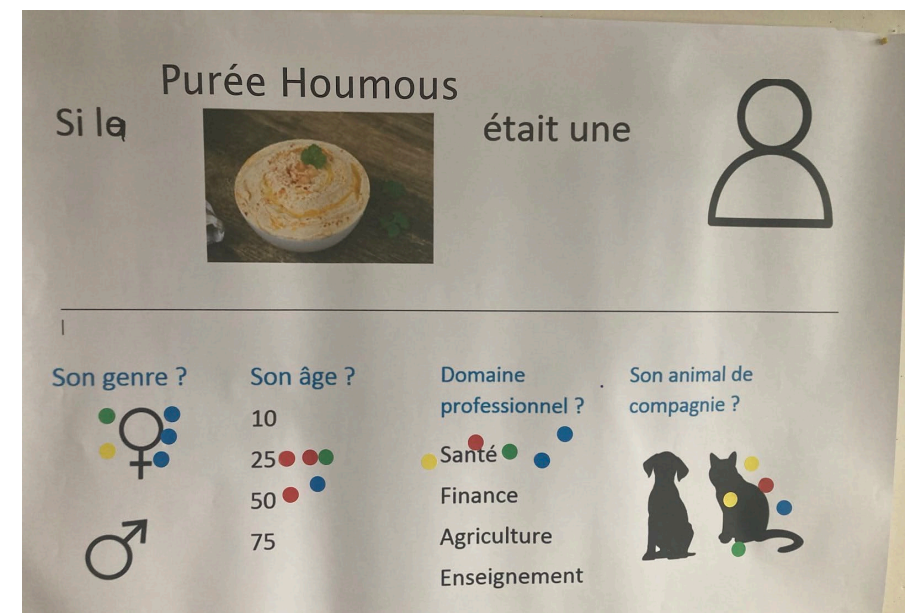
 Vin rouge	UE	1 dl	1117
 Bière	CH	3 dl	516
 Chocolat au lait	Mix	20 g	346
 Chips	CH	30 g	191



Ce qui n'apparaît pas sur ce graphique c'est le :
gaspillage alimentaire

Pistes d'action

1. Alimentation végétale
2. Alimentation variée
3. Moins de gaspillage alimentaire
4. Alimentation «brute» (peu transformée)
5. Manger juste assez



Quelles pistes d'action pouvez vous concrètement mettre en place dans votre école afin d'impacter positivement votre culture d'établissement en terme de santé, égalité et durabilité via l'alimentation?