

Bidon futé à l'école

.....

L'obésité semble être le « mal du siècle » de ce début de troisième millénaire. La carie quant à elle continue de faire des dégâts chez certains enfants. Au-delà des excès alimentaires, les boissons sucrées ont leur part de responsabilité dans les problèmes de santé. Elles augmentent les apports caloriques et attaquent les dents. Toute boisson autre que de l'eau pure n'est plus une boisson mais un aliment liquide ! Beaucoup d'enfants ne boivent même plus un seul verre d'eau... Dans leur esprit, l'eau du robinet n'est pas faite pour être consommée. C'est la publicité et le marketing qui dirigent leur consommation. Un beau gâchis quand on sait qu'en termes de qualité, nous disposons d'une des meilleures eaux de distribution et que celle-ci coûte 150 à 600 fois moins cher que l'eau en bouteille !

.....

C'est sur cette réflexion qu'a débuté en 2002 la campagne « Robinet-fontaine », initiée par la Maison de l'eau et de la vie (MEV), la Région de Bruxelles-Capitale et l'Intercommunale bruxelloise de distribution d'eau (IBDE). Le but de la campagne était de promouvoir la consommation d'eau de distribution comme eau de boisson. Une centaine de robinets-fontaines avaient d'ailleurs été installés dans les établissements de Bruxelles¹.

L'IBDE remet ça avec sa nouvelle campagne « Bidon futé ». Depuis le début de l'année, la société propose l'eau gratuitement aux écoles de la région de Bruxelles, à raison d'un litre par enfant et par jour. Par cette action, l'IBDE

souhaite sensibiliser les enfants à la valeur de l'eau et à sa bonne utilisation, mais aussi les inviter à participer activement à la protection de leur santé en buvant de l'eau plutôt que des boissons sucrées, et enfin, éveiller chez eux une réflexion sur la quantité de déchets produite par les emballages des boissons sucrées. En septembre, une campagne de distribution de gourdes dans les écoles primaires bruxelloises a commencé. Plus de 76.000 gourdes ont été demandées à ce jour. En plus de cela, l'IBDE propose un accompagnement pédagogique à 30 écoles parmi les 368 qui ont répondu à l'appel. En parallèle, la Fondation pour la santé dentaire avait lancé en 2004 la campagne « Sourire pour tous », conjointement à l'action Denti-Pass² qui a permis à quinze mille enfants de familles précarisées de bénéficier gratuitement de soins dentaires. La campagne visait à donner des conseils à travers différents supports. Un kit pédagogique avait été envoyé à toutes les classes de première et deuxième années afin de permettre aux enseignants de travailler la thématique de la santé dentaire à long terme. Aujourd'hui, la Fondation pour la santé dentaire continue sur sa lancée en proposant aux écoles un projet passionnant. Découvrons-le ensemble...

L'eau comme boisson à l'école

Entre janvier 2004 et juin 2005, l'équipe de « Sourire pour tous » a rencontré 76 écoles primaires en « discrimination positive » pour leur proposer des expériences-pilotes d'une durée d'un mois et en faire ensuite une évaluation.

Quand on sait qu'une canette de cola par jour pendant un an équivaut à plus de 2500 morceaux de sucre (16 kg !), et qu'à cela s'ajoutent souvent des céréales sucrées le matin, un encas comme du chocolat à 10 heures, un goûter de type gaufre ou crème, on peut facilement imaginer la quantité de sucre consommée par certains enfants. L'école étant un endroit où l'enfant passe une grande partie de son temps, il est inutile de souligner l'importance d'y mener un projet qui permettra peut-être de changer ses habitudes quotidiennes, et par conséquent de lui épargner de futurs problèmes de santé.



CONJUGUÉ

Carole Feulien,
graduée en relation publiques, assistante Cellule marketing-information-communication et Infor Santé à l'Alliance nationale des mutualités chrétiennes.

Article paru dans Education Santé, n° 207, décembre 2005.

(1) Sylvie Bourguignon,
« L'eau du robinet, ça nous plaît », Education Santé n°178, avril 2003, pp.6 à 9.

(2) Myriam Marchand,
« Sourire, un privilège ? », Education Santé n°188, mars 2004, pp.2 à 3.

Mots clés : alimentation, éducation à la santé, école.

Le projet consiste à proposer aux élèves de primaire d'observer leurs habitudes de consommation de boissons. Au moment de la collation, l'enseignant rassemble ce qui est bu en classe. Ils en analysent ensemble les différents composants, la teneur en sucre, l'acidité... Cela promet des exercices de calculs bien intéressants... Ensuite, l'enseignant propose aux enfants de relever un défi : pendant un mois, ils s'engagent à boire de l'eau, rien que de l'eau à l'école. Ils pourront disposer d'une bouteille près d'eux et boire en classe, sans que cela perturbe les autres. Lorsque la bouteille sera vide, ils devront pouvoir la remplir aisément.



Dans ce cadre, la Fondation pour la santé dentaire a donc décidé d'offrir à chaque enfant une petite bouteille d'eau de 33 ou 50 cl dont on peut personnaliser l'étiquette dans un atelier artistique. Chaque élève est alors inclus dans le projet car on remarque que souvent, l'un des moteurs de celui-ci est l'effet de groupe. Le mois écoulé, il faut évaluer l'action. De cette évaluation naîtront d'éventuelles nouvelles mesures, des suggestions, comme mettre des

carafes d'eau à disposition au réfectoire, installer un robinet-fontaine dans l'école, aller expliquer son expérience dans une autre classe... Cela peut être aussi l'occasion d'analyser le fonctionnement du marketing ou de la publicité. Celle-ci nous dit ce qu'il est bon de boire, ce dont nous avons besoin, mais est-ce vrai, est-ce faux ? Qui nous délivre ces messages et pourquoi ?

La brochure de « Sourire pour tous » donne des pistes pour démarrer le projet en classe, et met d'autres outils à disposition : un tableau reprenant la teneur en sucre de différentes boissons sucrées, un autre comparant le prix des déchets occasionnés par chaque type d'emballage de boisson, des conseils pour consommer l'eau du robinet, mais aussi des sources d'information sur le sujet et des exemples d'exercices à faire en classe. ●

IBDE, rue aux Laines 70, 1000 Bruxelles. Tél. : 02 518 88 97. Fax : 02 518 83 04. Courriel : <ibde@ibde.be>.

La brochure peut être commandée par courriel à : <info@sourirepourtous.be>, ou en écrivant à : Fondation pour la santé dentaire, avenue de Fré 191, 1180 Bruxelles. Le site <http://www.sourirepourtous.be> fourmille d'informations utiles sous forme de dossiers pédagogiques.