

PRESSE



La semaine de l'alimentation saine Les fruits et les légumes c'est SENS'ationnel

C'est aujourd'hui une évidence pour tout le monde : l'alimentation joue un rôle essentiel dans le développement physique et intellectuel, dans la santé et plus largement dans le bien-être de nos enfants. C'est dire l'importance de leur permettre, dès le plus jeune âge, l'apprentissage de bonnes habitudes alimentaires.

La Semaine de l'alimentation saine s'inscrit parfaitement dans ce cadre.

Soucieuse de développer des actions concrètes pour sensibiliser les enfants, **Faouzia Hariche**, Echevine de l'Instruction publique, de la Jeunesse et de la Petite Enfance de la Ville de Bruxelles – et Présidente des Cuisines Bruxelloises - mène depuis plusieurs années diverses activités de promotion de la santé et de sensibilisation à l'alimentation saine afin d'endiguer les phénomènes inquiétants de la malbouffe et de l'obésité (« Sportez-vous bien », « Potage pour tous », « Vacances fruitées, vacances futées »). Ce projet vient renforcer la politique de la Ville de Bruxelles en matière d'éducation à la santé et est le résultat d'une collaboration fructueuse entre les directions d'écoles, l'Inspection pédagogique, les **Cuisines Bruxelloises**, le service de la **Promotion de la Santé à l'école** et le réseau des **Bibliothèques de la Ville de Bruxelles**.

Du 23 au 27 janvier 2017, toutes les écoles primaires de la Ville de Bruxelles sont invitées à participer. Cette initiative, lancée par les **Cuisines Bruxelloises** et le département de l'**Instruction Publique** s'adresse aux élèves de 1ères et 2èmes années de l'enseignement primaire et a pour objectif de les sensibiliser de façon ludique et adaptée à l'importance de consommer des fruits et légumes.

Dans ce cadre, plusieurs activités sont mises en place dans les écoles et les bibliothèques de la Ville de Bruxelles :

Dans les classes

Toutes les écoles ont été incitées à organiser des animations sur le thème des fruits et légumes en 1ère et 2ème primaire. Dans ce cadre, les écoles bénéficient du soutien des Cuisines Bruxelloises qui offrent gratuitement une portion de fruit pour les élèves participant aux animations dans les classes. Pour la réalisation de leurs animations, les équipes pédagogiques ont la possibilité de faire appel aux médecins et infirmières scolaires du Service de Promotion de la Santé à l'école qui propose diverses pistes d'animations aux enseignants afin d'adapter leurs cours au thème.

Au sein des bibliothèques

Des animations y sont organisées. Les thèmes abordés concernent les fruits et les légumes de manière générale, le lien entre fruits et santé (croissance, vitamines, fibres, etc.) ainsi que l'appel aux sens via l'observation des textures (fruit crus, fruits au jus, jus de fruits), des couleurs et des saveurs (goût sucré – acide).

- Animation “L'alimentation dans tous les sens”

Après la lecture d'une histoire, les enfants exploreront au travers de différents ateliers ludiques comment les cinq sens interviennent dans l'alimentation (vue, ouïe, goût, odorat et toucher). Ateliers proposés : « Dis-moi ce que tu goûtes », « Ma vue influence mon goût », « Cache-cache des odeurs », « La main dans le sac » ...

- Jeu de l'oie

Jeu de l'oie composée d'une soixantaine de cases sur le thème de l'alimentation saine.

- Atelier autour des poèmes sur les 5 sens de Maurice Carême

Les enfants sont d'abord invités à construire leur ogre puis à le nourrir en s'inspirant du poème de Maurice Carême « L'ogre ». Ils doivent ensuite deviner des aliments du quotidien sans l'aide de leurs yeux en s'aidant simplement de leur toucher, de leur odorat et enfin de leur goût avant de les donner à l'ogre. Chaque aliment est l'occasion pour les enfants de mettre en commun ce qu'ils savent à son propos et de découvrir l'histoire de ce qu'ils ont dans leur assiette : d'où vient-il ? peut-on le manger toute l'année ? comment le mange-t-on ? quels autres aliments se marient bien avec lui ?

- « Racontons des histoires sur les fruits et les légumes »

Exposition et histoires d'albums, chantes et comptines sur les fruits et légumes de saison

- Animation/atelier « Nos sens et les aliments »

Trois petits ateliers autour de la création d'un mandala avec des images de fruits et légumes; bonnes et mauvaises odeurs/bon et mauvais goût; reconnaissance d'un aliment à son odeur

Les Cuisines Bruxelloises

Nées du regroupement des activités alimentaires de la Ville de Bruxelles, de son CPAS et de ses hôpitaux, Les Cuisines Bruxelloises ont débuté leurs activités en 2005. Au fil des années, les communes de Saint-Josse-Ten-Noode, Evere, Jette, Berchem-Sainte-Agathe et Anderlecht ainsi que les C.P.A.S. d'Evere, Anderlecht et Jette ont rejoint l'association.

Présidée par Madame Faouzia Hariche, Echevine de l'Instruction Publique, de la Jeunesse et de la Petite Enfance, cette association de droit public poursuit des buts sociaux et a pour missions le développement et la promotion d'une alimentation saine, ainsi que la recherche permanente de la meilleure qualité et d'un équilibre nutritif pour l'enfant, l'adolescent et l'adulte.

La vocation des Cuisines Bruxelloises? Fournir des repas sains, équilibrés et variés aux enfants des crèches, des écoles et des plaines, aux résidents des maisons de repos, aux patients des hôpitaux et aux collaborateurs des services administratifs.

Bref, Les Cuisines Bruxelloises, ce sont: plus de 10.500 repas par jour, plus de 200 lieux à livrer quotidiennement et une équipe soudée de plus de 250 personnes, dont une vingtaine de diététiciens.

