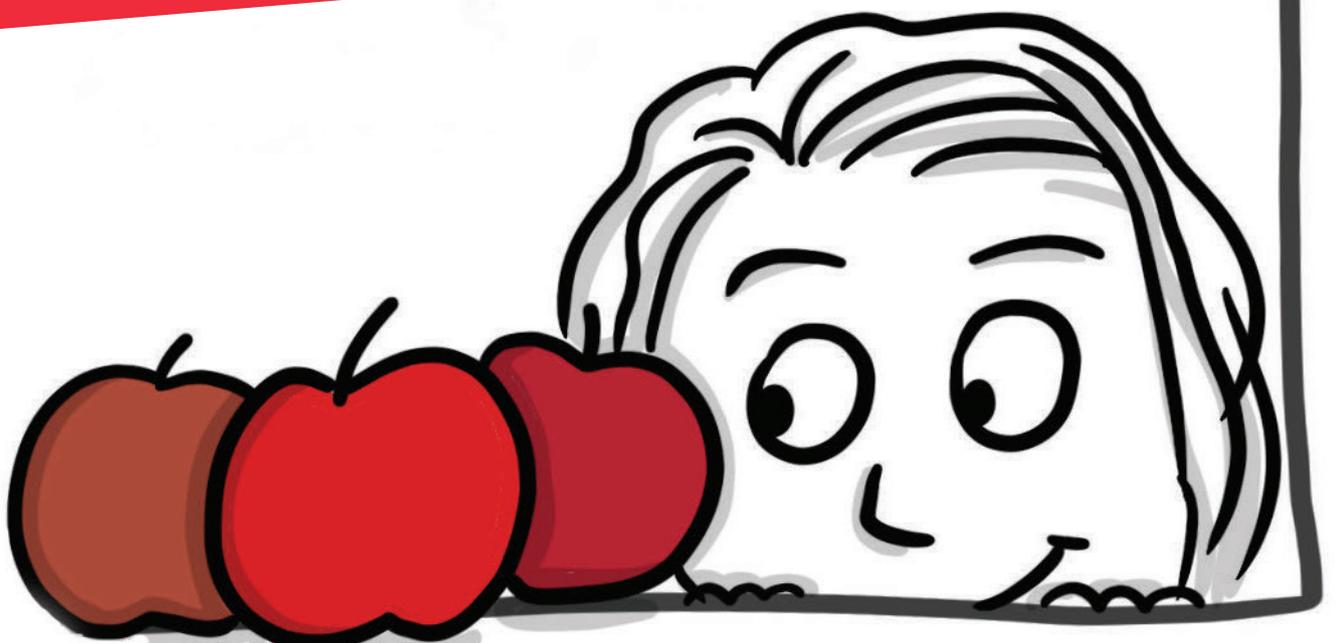


# Alimentation chez les jeunes en Hainaut

Synthèse de la journée  
27 Octobre 2021





Ce document fait référence à la journée de réflexion sur l'**alimentation chez les jeunes** organisée le 27 octobre 2021 à Mons.

L'objectif de cette rencontre était de réunir un ensemble d'acteurs de divers horizons (administrations communales, éducation, santé publique) afin d'échanger autour de l'alimentation des jeunes Hainuyers.

Une table d'outils se trouvait à disposition du public afin de présenter des outils et brochures produits par l'OSH sur la thématique. Certains de ces documents sont téléchargeables ou peuvent être commandés sur le site de l'Observatoire de la santé du Hainaut (OSH). Chaque période de la journée a été ponctuée d'un moment d'échanges entre les intervenants et les participants. L'ensemble de la matinée a été illustrée par une facilitatrice visuelle. Ces illustrations sont également disponibles dans cette synthèse.

## 1. Contexte

L'OSH a publié, en 2021, un nouveau rapport "Regard sur la santé des jeunes". Il présente les résultats d'une étude sur l'alimentation des jeunes Hainuyers, menée de 2018 à 2020 en collaboration avec le Réseau des Centres de Santé Scolaire Vigies (CSSV). Ce réseau regroupe la plupart des services de promotion de la santé à l'école (SPSE) et des centres psycho-médico-sociaux (CPMS) de la Fédération Wallonie-Bruxelles (FW-B). Le rapport analyse les déterminants de l'alimentation et des comportements alimentaires et propose des pistes de réflexion et d'actions en promotion de la santé à ce sujet.

La journée du 27 octobre a eu pour objectif de développer la réflexion relative à la manière d'améliorer l'alimentation des jeunes Hainuyers. La matinée était consacrée à la présentation des résultats de l'enquête hainuyère de l'OSH et de l'enquête HBSC 2018 ainsi qu'à la présentation de méthodes de développement des compétences psychosociales dans la promotion d'une alimentation saine. Les ateliers de l'après-midi ont permis de réfléchir à la manière d'améliorer l'alimentation dans divers milieux de vie : dans les structures d'accueil de la petite enfance, à l'école, dans les familles et au sein des activités extra-scolaires.

Le Regard sur la Santé des Jeunes "Alimentation chez les jeunes" est disponible sous forme d'une publication détaillée de 200 pages et d'une synthèse de 6 pages. Ces documents sont téléchargeables sur le site de l'OSH

<https://observatoiresante.hainaut.be/alimentation-chez-les-jeunes-en-hainaut/>

Des exemplaires imprimés sont disponibles sur demande par e-mail à [observatoire.sante@hainaut.be](mailto:observatoire.sante@hainaut.be) ou par téléphone au 065 87 96 00.

Chaque participant s'est vu remettre un exemplaire de la publication et de sa synthèse.





## Programme de la journée

### En plénière

- **Mot de bienvenue**  
*Fabienne Devillers - Députée provinciale ;*
- **Allocution d'ouverture**  
*Helen Barthe-Batsalle - Directrice - OSH*
- **Alimentation chez les jeunes en Hainaut**  
*Anne-Marie Vansnick - Dr Christian Massot – OSH*
- **Comportements alimentaires des adolescents en Belgique francophone**  
**Résultats de l'enquête HBSC 2018**  
*Manon Rouche - SIPES – ULB*
- **Promouvoir l'alimentation auprès des enfants et des jeunes par le soutien au développement des compétences psychosociales. Comment et pourquoi ?**  
*Chantal Sadzot - PSE de Strépy-Braquegnies.*

### Ateliers de l'après-midi

L'objectif de chaque atelier était de faire ressortir des recommandations liées à la thématique présentée.

- **Alimentation et temps scolaire**  
Présentation du projet "Alimentation dans les écoles d'Ath" - Jessica Willocq Echevinat de l'enseignement de Ath et Sophie Gerin - OSH
- **Alimentation et temps scolaire**  
Présentation du projet et de la plateforme provinciale Proxial - Bénédicte Flament et Romina Loria - OSH - David Leduc et Renaud Servotte - Cellule développement durable et citoyenneté - Projet Proxial
- **Alimentation, Inégalités Sociales de Santé (ISS) et posture professionnelle en appui des compétences psychosociales**  
Présentations de méthodologies de travail pour soutenir le développement des compétences psychosociales chez les enfants, avec une attention particulière aux inégalités sociales de santé Chantal Sadzot - Laetitia Honoré - SPSE de Strépy-Bracquegnies
- **Alimentation, petite enfance et extra-scolaire**  
Présentation des projets "Brique à boîte" et "Parcours vitaminé" - Nicoline Pierreu et Anne Danhier - Maison de l'Enfance - Stéphanie Luciez – OSH



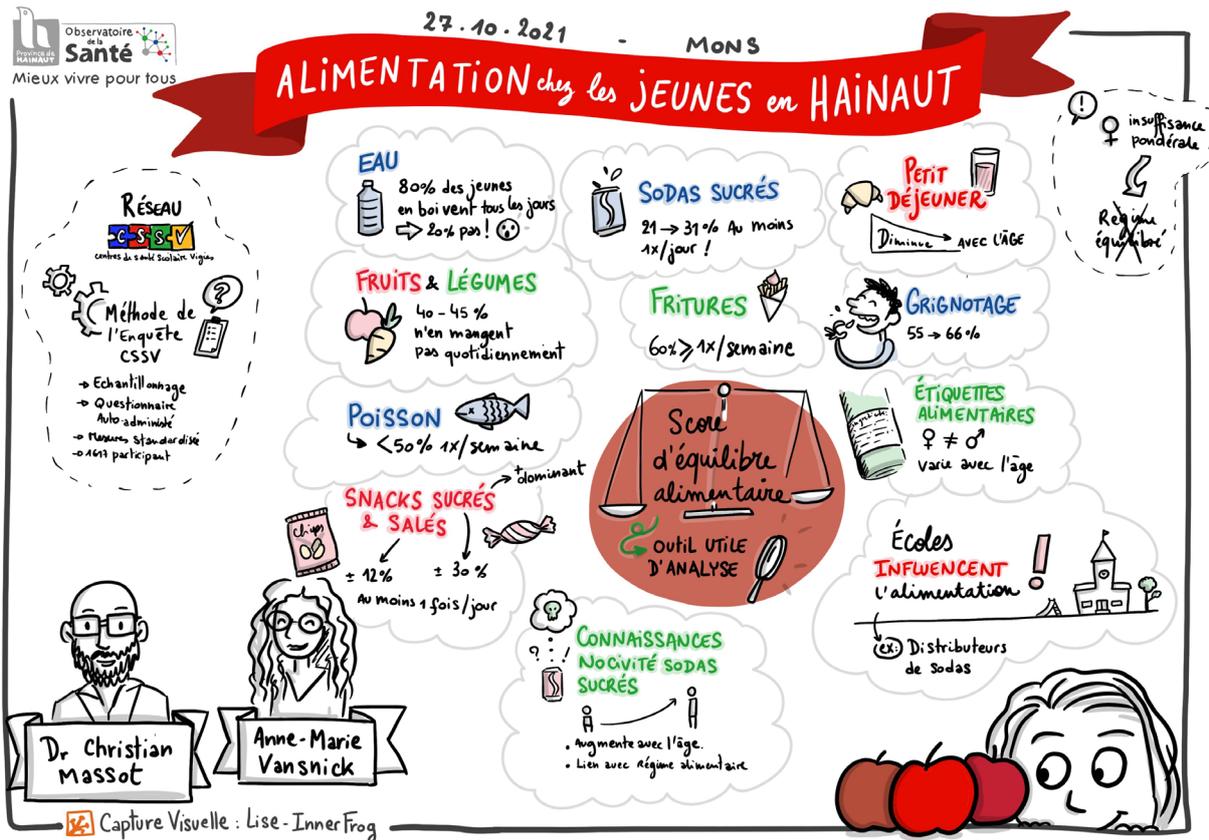
## 2. Présentations de la plénière

Les présentations projetées lors des interventions peuvent être consultées en ligne sur le site de l'OSH.

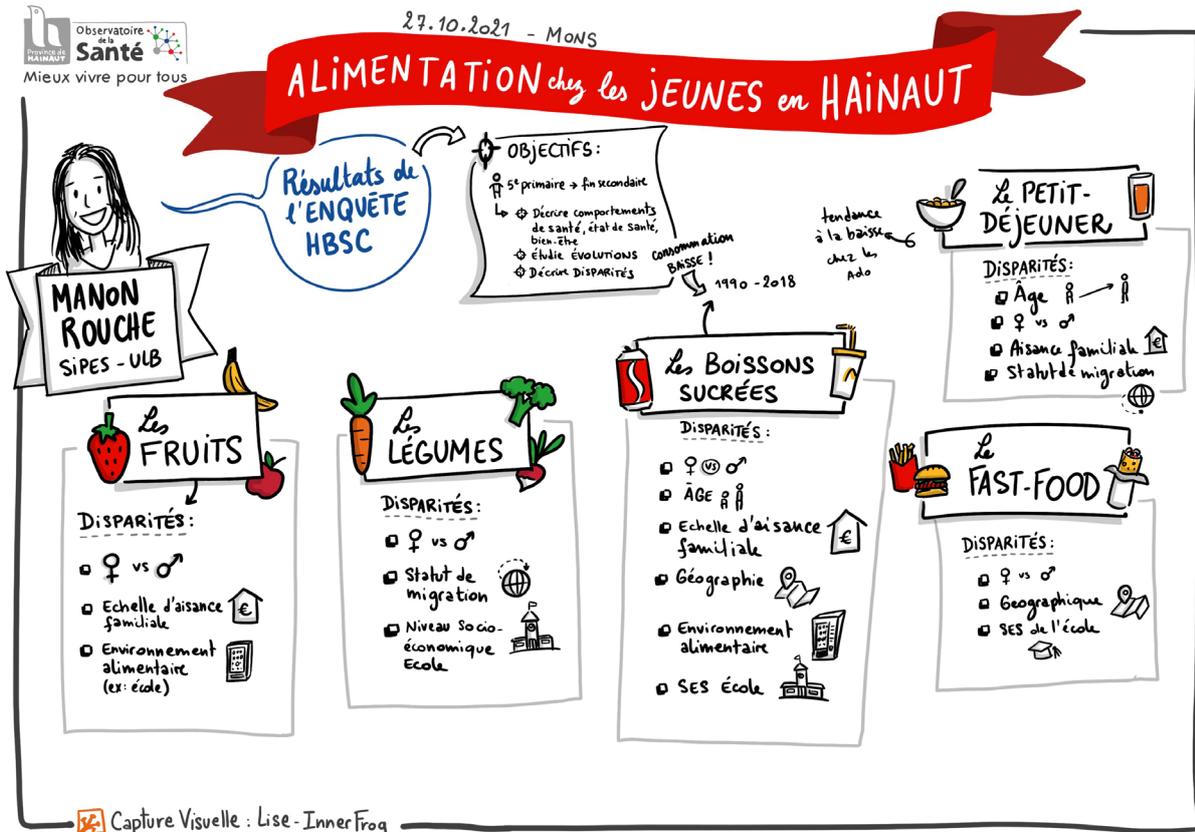
Vous trouverez ci-dessous les représentations visuelles qui synthétisent les présentations et échanges de la matinée.

### • Alimentation chez les jeunes en Hainaut

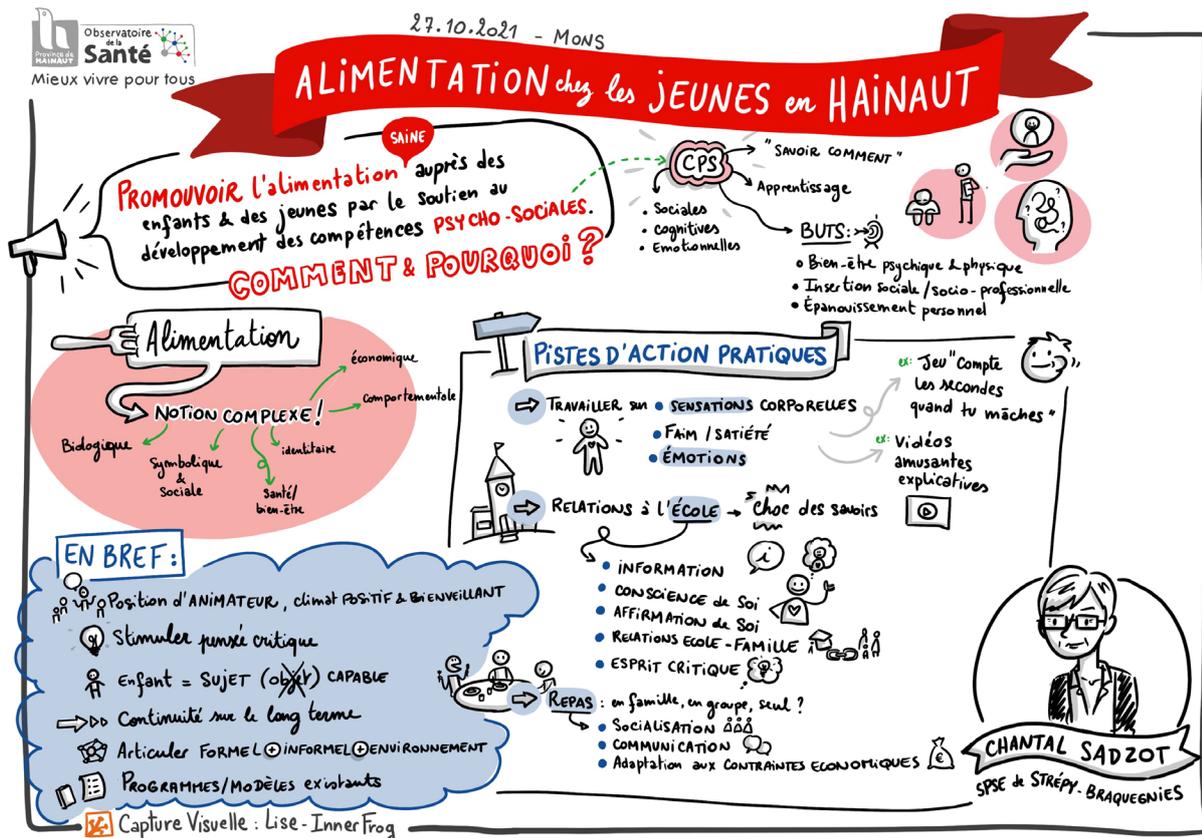
Anne-Marie Vansnick - Dr Christian Massot – OSH



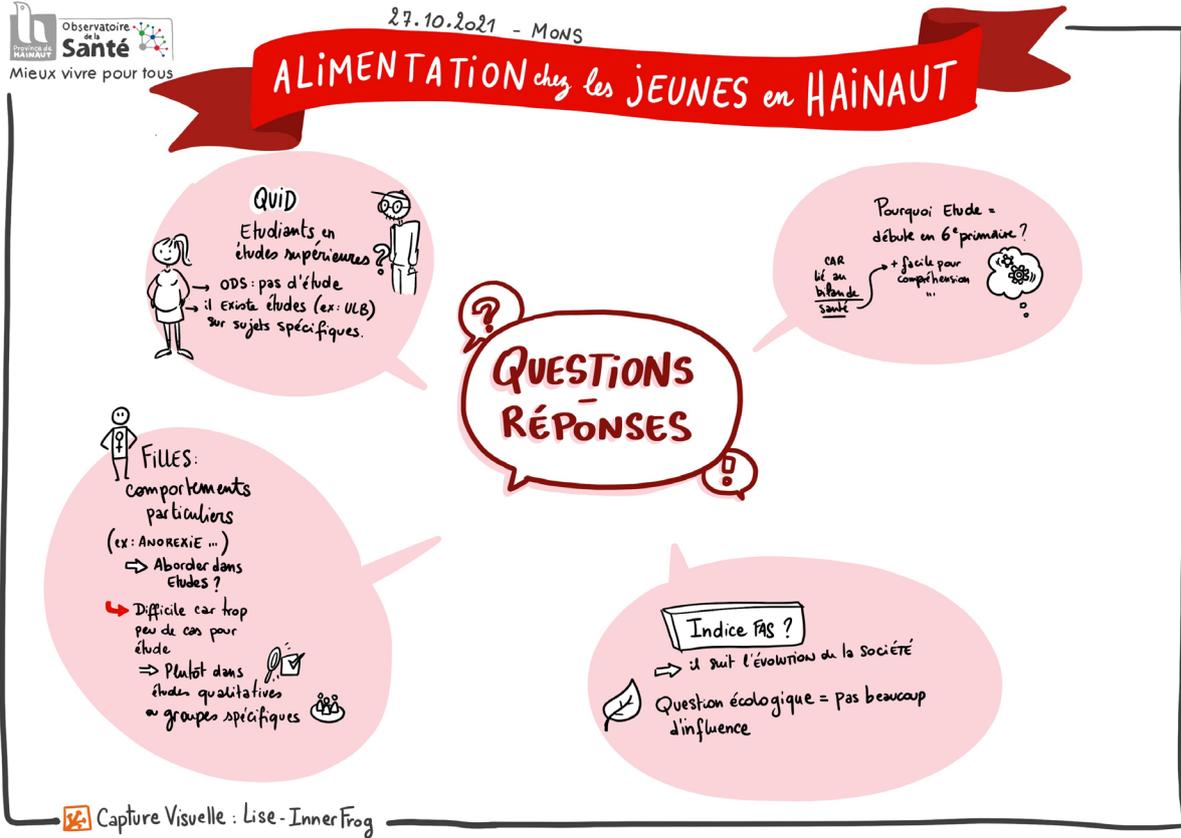
• Comportements alimentaires des adolescents en Belgique francophone - Résultats de l'enquête HBSC 2018  
Manon Rouche - SIPES - ULB



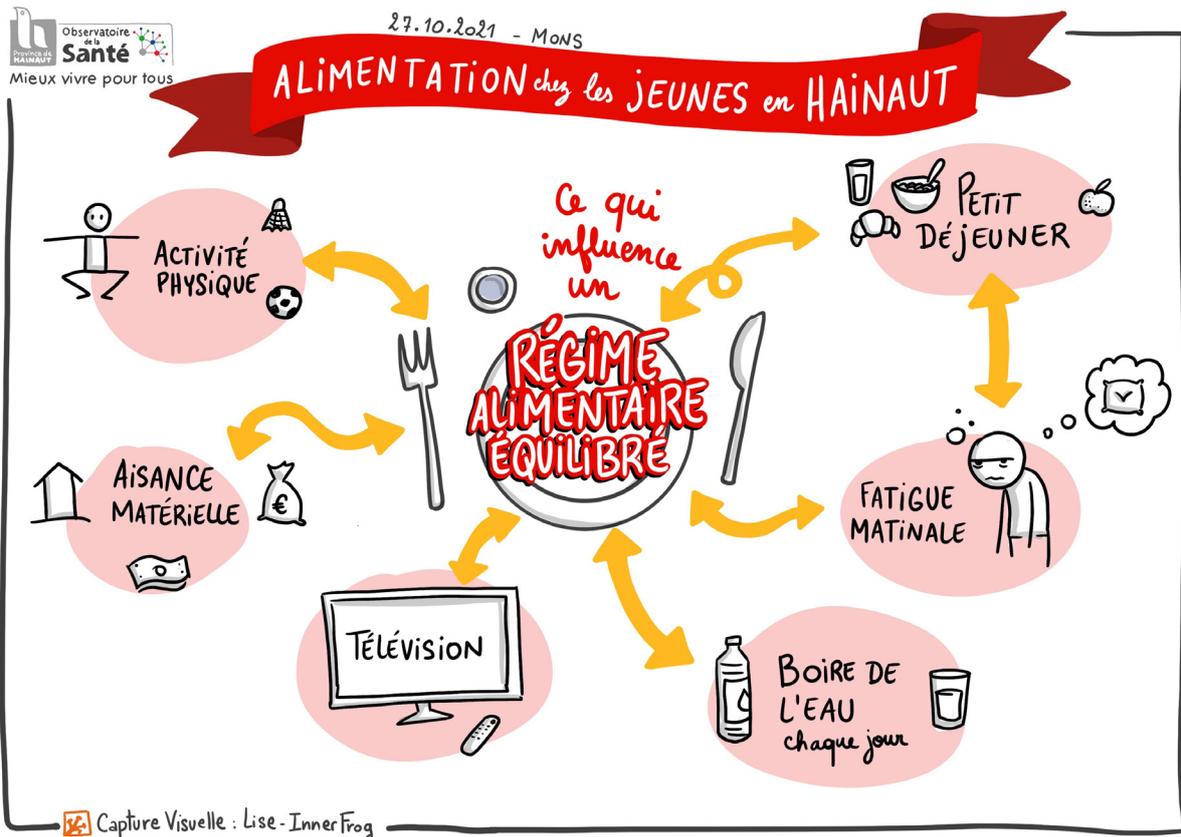
• Promouvoir l'alimentation auprès des enfants et des jeunes par le soutien au développement des compétences psychosociales. Comment et pourquoi ?  
Chantal Sadzot - PSE de Strépy-Braquegnies



### 3. Résumé des échanges de fin de la matinée



Ce moment d'échanges a permis aux participants de la journée d'intervenir, poser des questions ou amener des témoignages, des réflexions. Cette synthèse reprend les principaux échanges et éléments qui ont été discutés.



## 4. Synthèse des ateliers

Chaque atelier a été l'occasion de riches échanges entre participants de divers milieux professionnels (scolaire, promotion de la santé, politique). Pour rappel, les ateliers ont permis de réunir à la fois des professionnels de l'éducation (directions d'école, professeurs, éducateurs...), de la santé (issus de services de PSE, de centres psycho-médico-sociaux, de chercheurs...) mais également issus du monde politique ou du public.

L'objectif de ces ateliers était la découverte de projets divers autour de l'alimentation, l'échange et la réflexion autour des freins et leviers de chacun et les pistes d'actions possibles en faveur d'une alimentation saine chez les jeunes au départ des réalités de terrain de tous.

Les synthèses ci-dessous ont pour objectif de transmettre les grands points de réflexions et de discussions qui ont suivi les présentations des intervenants des différents ateliers. Ces synthèses reprennent également les recommandations formulées par les participants des ateliers en collaboration avec les intervenants

### • Alimentation et temps scolaire

*Présentation du projet "Alimentation dans les écoles d'Ath"  
Jessica Willocq - Echevine de l'enseignement à Ath  
animé par Sophie Gerin - OSH*



### Quelles actions pour favoriser l'alimentation saine chez les enfants/jeunes ?

La présentation porte sur un travail autour des cantines durables dans les écoles communales à Ath pour une alimentation saine et durable.

Le travail porte tout autant sur l'assiette équilibrée que sur le contexte dans lequel elle est servie → animations, formations, lien avec d'autres actions (ex : potager avec les enseignants).

16 écoles - Regroupement en 3 pôles cuisine

### Quels leviers pour favoriser l'alimentation saine chez les enfants/jeunes ?

- Progressivité : objectifs "petits" et multiples
- Partir sur les démarches existantes
- Expérimentation et aller / retour permanents avec le terrain (Communication importante)
- Ressources extérieures (parfois les changements sont mieux acceptés avec des partenaires extérieurs)
- Dans une vision globale et dans la durée, un processus à court, moyen et long termes (au lieu d'actions isolées)



- Pour contrer les idées reçues, proposer des temps de parole et de mise en commun
- Etre attentif à la cohérence des messages, des actions et des attitudes

### **Certains freins ont été abordés :**

- Idées reçues de certains parents / des membres du personnel
- Manque de temps
- Matériel et infrastructures nécessaires importants
- Budget
- Lourdeurs institutionnelles

### **Quel(s) sont les public(s) visé(s) (écoles, parents, tout public, politique...) ?**

Les enfants de l'enseignement communal. Mais implication de nombreux publics (cuisinières, personnels encadrants, enseignants, éducateurs, parents, autorités politiques, service technique...) et différents secteurs (enseignements, environnement...)

### **Quelle attention particulière portée aux inégalités Sociales de Santé ?**

- Implication de toutes les implantations (1enfant = 1enfant)
- Maintenir un prix abordable
- Réflexion sur le contenu du menu pour s'adapter au plus grand nombre (ex. repas végétariens, plats traditionnels revisités...)
- Accompagnement par les éducateurs ; accompagnement des écoles selon leurs besoins
- Eviter des projets stigmatisants (ex : collations saines obligatoires pour des publics qui n'ont pas la possibilité d'amener des collations)

### **Quel lien avec les stratégies de promotion de la santé ?**

- Inscription dans une politique de santé (Green Deal) au niveau communal et de l'école
- Mobilisation de tous, et de tous les services, réorientation de certains
- Travail sur l'environnement favorable (matériel, qualité du temps de midi, offre alimentaire, fontaine d'eau...)
- Travail sur les aptitudes individuelles (animations pour les enfants, formations du personnel de cuisine...)

### **Le petit +, l'astuce, la bonne idée... à partager ?**

- Une soupe gratuite en collation de 10h (résout collation 10h, "gain de temps" pour le repas, source d'hydratation) (→ attention demande de la logistique)
- Travailler le relais vers les enseignants comme des acteurs de la promotion santé (demande une motivation et collaboration de l'équipe enseignante) pour inscrire les activités sur l'alimentation dans le travail pédagogique. Accompagnement par SPSE, attention à ne pas ajouter de charge de travail mais voir comment intégrer la thématique dans des activités et leçons déjà existantes
- Permettre un temps d'expression, d'échange
- Compléter par d'autres actions (idée de cohérence et de convergence)
- Alimentation et temps scolaire



## • Alimentation et temps scolaire

Présentation du projet et de la plateforme provinciale Proxial  
Bénédicte Flament et Romina Loria - OSH  
David Leduc et Renaud Servotte - Cellule développement durable et citoyenneté - Projet Proxial



### Quelles actions / quels leviers pour favoriser l'alimentation saine chez les jeunes ?

L'alimentation est un créateur de liens sociaux.

- La création de la plateforme pour échanger, avoir un langage commun entre professionnels
- Sensibiliser les dirigeants/hiérarchies/autorités politiques, pour avoir des objectifs communs, pouvoir plaider la promotion de la santé et s'entourer pour obtenir la légitimité.
- Penser "inclusif" pour donner l'envie d'adhérer
- Partir des centres d'intérêts communs
- S'enrichir des différentes visions de l'alimentation et cultiver une vision commune.

### Quel(s) sont les public(s) visé(s) (écoles, parents, tout public, politiques...)?

- Hiérarchie/autorité politique/ direction
- Enfants / parents (difficiles à inclure)
- Personnel de cuisine

### Quelle attention particulière portée aux ISS ?

- Accessibilité alimentaire (eau, snacks sains...)

### Quel lien avec les stratégies de promotion de la santé ?

#### **Renforcer l'action communautaire :**

- Partenariat renforcé (avec une vision de légitimité)

#### **Développer les aptitudes personnelles :**

- Animation
- Organisation de petits déjeuners et d'odysées gourmandes (visites et dégustations des producteurs pour les équipes de cuisine) pour des expériences positives
- Mise en place de formations

#### **Créer des milieux favorables :**

- Donner le temps de manger sereinement
- Revaloriser le temps de midi
- Travailler l'ambiance dans le réfectoire (décor, mobilier, diminuer le bruit...)
- Proposer des Odyssées gourmandes

#### **Réorienter les services de santé :**

- Revoir ses priorités, ses pratiques et ne pas craindre le changement.



## Le petit +, l'astuce, la bonne idée... à partager ?

- Bannir le mot "projet" et parler de dynamique : cela permet d'avoir une connotation positive et à long terme
- Cultiver un langage commun
- Créer une concurrence saine pour s'inspirer les uns des autres

## • Alimentation, Inégalités Sociales de Santé et posture professionnelle en appui des compétences psychosociales

*Présentation de méthodologies de travail pour soutenir le développement des compétences psychosociales chez les enfants, avec une attention particulière aux inégalités sociales de santé*  
Chantal Sadzot - Laetitia Honoré - SPSE de Strépy-Bracquegnies



## Quelles actions / quels leviers pour favoriser l'alimentation saine chez les enfants/jeunes ?

- Initier des potagers partagés pour proposer par exemple des goûters sains et de saison
- Apprentissage à long terme, éveil à la nature pour tous
- Organiser des "pause-café parents" autour de réflexions sur le "consommer malin"
- Proposer des séances d'information sur la qualité des aliments (ex: "Déballe ta pub", vidéo pédagogique de la Mutualité Chrétienne sur l'influence des médias)
- Animer des ateliers culinaires (permet une accroche vers les parents, donne de la motivation)
- Revoir la place de la pyramide alimentaire ; encourager un travail plus large autour de la place de l'alimentation, autres approches complémentaires.
- Être attentif à la méthodologie et l'adaptation selon le public
- Proposer des collaborations entre les cantines scolaires et les écoles diététiques en promotion santé
- Réfléchir à une communication efficace, savoir se faire entendre

## Quel(s) sont les public(s) visé(s) (écoles, parents, tout public, politique...) ?

- Importance des parents
- Implication de tous (enfants, parents, écoles), agir à plusieurs niveaux
- Etudiants en supérieur
- Milieux d'accueil

## Quelle attention particulière portée aux Inégalités Sociales de Santé ?

- Accessibilité à l'alimentation pour tous (parents et enfants)
- Accessibilité à des produits de qualité
- Sens de la consommation : représentation, lien avec la famille...
- Eviter les généralités ; remettre les cas particuliers dans leur contexte
- Réalité complexe nécessite plusieurs approches et plusieurs réponses



## Quel lien avec les stratégies de promotion de la santé ?

- Garder la notion de plaisir
- Eviter la culpabilité
- Cohérence entre l'offre, l'environnement et le projet mis en place
- Travail en réseau de proximité sur un territoire
- Le travail alimentation touche à tout et doit prendre en compte le bien-être global
- Travailler une approche sur l'individu et ses besoins
- Développer les compétences en écoute active
- Accepter ses limites

## Le petit +, l'astuce, la bonne idée... à partager ?

- Être attentif à la dynamique familiale
- L'outil : "Déballe ta pub"
- Diffusion des informations, des outils, des formations, des expériences pour partager les expériences positives et inspirer les autres
- Veiller à l'appropriation par l'école pour un travail de continuité
- Utiliser l'approche de développement des CPS
- Utiliser l'approche éducative qui vise l'autonomie
- Pour les professionnel : développer ses CPS et la capacité à l'accompagnement pour le développement des CPS des enfants (importance de se connaître)

### • Alimentation, petite enfance et extra-scolaire

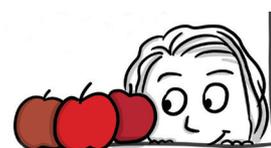
*Présentation des projets "Brique à boîte" et "Parcours vitaminé"*

*Nicoline Pierreu et Anne Danhier - Maison de l'Enfance  
animé par Stéphanie Luciez – OSH*



## Quelles actions / quels leviers pour favoriser l'alimentation saine chez les jeunes ?

- "Aller vers" le public
- Inciter la participation active du public (parents)
- Travailler en partenariat et en complémentarité
- Importance de discussions, formations, échanges, accompagnement éducatif (ex : travailler avec les professionnels des crèches sur leurs représentations), veiller à transmettre les mêmes infos à tous les acteurs.
- Avoir une ouverture d'esprit (vers l'inconnu)
- Importance d'un budget et de ressources humaines
- Importance de la motivation du porteur de projet



## Présentation du Projets "Brique à boîte" et "Parcours vitaminé" (en situation Covid)

- Vise un accompagnement des familles et non de l'assistantat
- Propose des offres concrètes, évaluées avec le public et réajustées
- Garde un lien avec bienveillance, non-jugement, confiance, implication et valorisation du public
- Contact humain, convivialité, maintenir le lien, interactions

## Quel(s) sont les public(s) visé(s) (école, parents, tout public, politique...) ?

- Parents
- Enfants
- Professionnels

## Quelle attention particulière portée aux Inégalités Sociales de Santé ?

- Attention particulière constante
- "Aller vers" le public là où il est et ne pas attendre qu'il soit demandeur

## Quel lien avec les stratégies de promotion de la santé ??

- Sur le territoire, la santé est intégrée dans les politiques
- Le public (parents) est acteur dans le projet (propositions, avis)
- Travail sur les milieux favorables en facilitant l'accès à l'eau par exemple (via les gourdes)
- Aller à la rencontre des milieux de vie (activités dans le quartier)
- Réorientation des services, en sortant du cadre professionnel habituel pour continuer ses missions de promotion de la santé (ex : la situation Covid a demandé une adaptation)

## Le petit +, l'astuce, la bonne idée... à partager ?

Phrases du jour :

- "Quand on est convaincu, on est convaincant"
- "Je ne savais pas que c'était impossible, alors je l'ai fait"
- "Faire confiance ! A soi et au public"

## 5. Clôture de la journée

La journée s'est terminée par un retour de chaque atelier en plénière et un mot de conclusion.





 Rue de Saint-Antoine, 1  
7021 Havré - Belgique

 +32 (0)65 87 96 00

 [observatoiresante.hainaut.be](http://observatoiresante.hainaut.be)

 [observatoire.sante@hainaut.be](mailto:observatoire.sante@hainaut.be)

