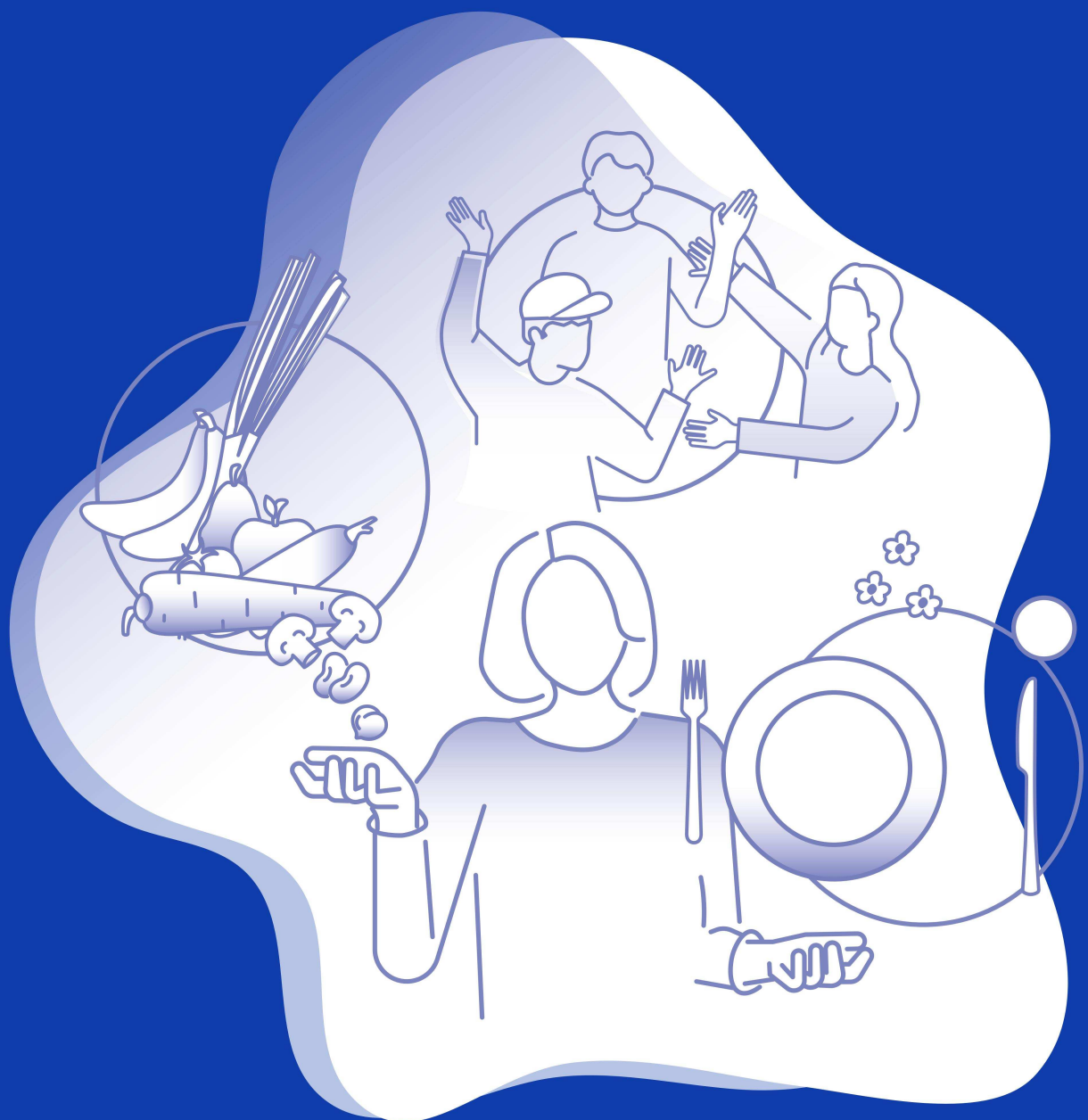


# D Pédagogie



## Idée de base

La Check-list **Pédagogie** repose sur l'idée de base selon laquelle une ambiance agréable pendant le repas a autant d'importance que le menu qui est proposé.

## Manger avec d'autres personnes

Dans un premier temps, un repas de midi commun, en présence de nombreux enfants et adolescents, constitue pour la majorité une expérience nouvelle. La pédagogie joue un grand rôle pour les enfants jusqu'à 12 ans (fin du cycle primaire). Le repas commun pour les adolescents (degrés secondaire I) représente d'autres défis en termes d'accompagnement et les professionnels de l'éducation spécialisée et/ou du travail avec les jeunes sont sollicités. Les présents standards de qualité s'adressent aux structures qui accueillent des enfants jusqu'à environ 12 ans.

## Organiser ensemble la pause de la mi-journée

Dès qu'un repas organisé est pris en commun plusieurs fois par semaine, des règles et des rituels sont indispensables. Certains enfants et adolescents n'y sont pas habitués et chacun arrive à table avec ses propres expériences ou idées préconçues. Élaborez des règles et des rituels avec l'ensemble des personnes concernées et passez un accord de façon à ce que ces dispositions profitent à tous. Si les enfants et adolescents peuvent jouer un rôle actif en apportant leur pierre à l'édifice, ils respectent les règles et les rituels avec une plus grande constance, de sorte que les repas se déroulent dans le calme pour tous. Ce procédé permet également d'instaurer des règles de prime abord différentes, comme l'obligation d'éteindre son téléphone portable.

Le repas de midi commun offre aux enfants et adolescents une pause importante, qui représente une coupure dans le temps d'enseignement.

À la différence de ce qui prévaut en classe, les enfants et adolescents peuvent bavarder, se détendre et rire entre eux pendant qu'ils mangent.

## Favoriser le plaisir et la santé

Composez les menus de façon à ce qu'ils correspondent aux exigences d'une alimentation adaptée aux besoins. Chacun pourra ainsi apprécier les repas sereinement. Veillez néanmoins à ne pas couper l'appétit, par exemple avec un discours moralisateur et des arguments santé faisant intervenir des notions nutritionnelles comme les vitamines ou les calories. Vous éduquez seulement les enfants et adolescents à l'alimentation en faisant fonction de modèle, dans un esprit convivial. Soutenez les enfants en les motivant, sans les forcer, à goûter les aliments qu'ils ne connaissent pas.

## Les collaborateurs ont une attitude exemplaire

Ils endossent un rôle de « modèles de l'alimentation ». Cette règle s'applique à leur conduite pendant les repas, à ce qu'ils mangent et à la manière dont ils le mangent, ou encore à la façon dont ils parlent avec les enfants et adolescents.

Souvent, ces derniers imitent ce qu'ils voient et ce qu'ils entendent. Plus que toute prescription ou tout avertissement, c'est donc ce que les collaborateurs font concrètement et ce qu'ils incarnent qui compte.

## Gérer la nourriture

Certains adultes ont reçu une éducation dans laquelle les aliments étaient utilisés dans un tout autre objectif qu'un plaisir sain, servant de récompense ou étant associés à une contrainte, par exemple. Aujourd'hui, il est toutefois avéré que les enfants peuvent acquérir dans ce cas des habitudes alimentaires qui leur enlèvent tout plaisir de la table et les empêchent d'être à l'écoute de leur corps. Vous devez par conséquent éviter ce type d'éducation par l'alimentation lors des repas de midi et laisser aux enfants et adolescents le plus grand pouvoir de décision possible sur leurs repas.

# D 1 Check-list Pédagogie

La présente check-list a pour but de permettre aux enfants, aux adolescents et adultes de manger ensemble de manière agréable et détendue. Pour pouvoir proposer un repas de qualité, il est essentiel que toutes les parties concernées soient impliquées dans la planification, la mise en œuvre et l'évaluation. Le repas doit être agréable pour toutes les personnes qui y participent. Cette check-list vous aide à y parvenir.

Des défis particuliers se posent pour les structures qui accueillent plus de 40 enfants par salle et/ou pour celles qui accueillent des enfants avec une grande différence d'âge. Ces défis sont pris en compte dans cette check-list.

La Check-list Pédagogie est adaptée aux enfants jusqu'à la fin du cycle primaire. Dans l'encadrement des adolescents (secondaire I), les critères peuvent servir d'inspiration pour une adaptation à l'âge. En outre, d'autres approches de la prise en charge sont nécessaires pour les adolescents, par exemple la coopération avec les professionnels du travail avec les jeunes peut être utile.

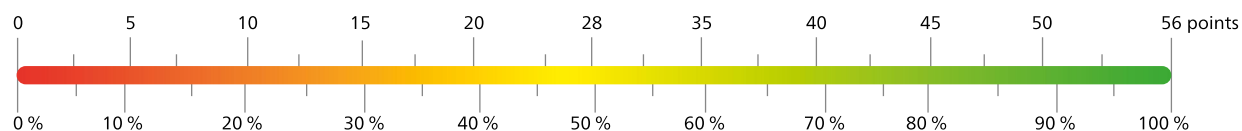
|  | Vrai | En partie vrai | Faux |
|--|------|----------------|------|
| <b>Comportement des collaborateurs</b>   |      |                |      |
| Le ton sur lequel les collaborateurs s'adressent aux enfants et adolescents est courtois, honnête et bienveillant.   |      |                |      |
| Si les collaborateurs mangent avec les enfants et les adolescents, leur repas est identique. Les intolérances sont prises en compte autant que possible.   |      |                |      |
| Les collaborateurs favorisent l'autonomie des enfants et les encouragent dans ce sens.   |      |                |      |
| Les collaborateurs se tiennent selon les possibilités près des enfants ayant des besoins d'aide particuliers (éventuellement laisser une place par table pour un collaborateur).   |      |                |      |
| Les enfants et adolescents sont accompagnés lorsqu'ils se servent. Par exemple : les collaborateurs les aident pour la taille des portions et la reconnaissance de la satiété, ils les informent sur le repas et les invitent à goûter les aliments sans les forcer. Si les enfants se servent eux-mêmes, des couverts (pour le service) plus petits sont à disposition. |      |                |      |
| En cas d'incident, les collaborateurs réagissent en fournissant un soutien et dans le calme.   |      |                |      |
| Les collaborateurs aident les enfants ayant des besoins alimentaires particuliers (pour une raison médicale ou culturelle) dans la discrétion, mais avec attention.  |      |                |      |
| Les collaborateurs ont conscience qu'ils ont un rôle de modèle et qu'ils doivent adopter un comportement alimentaire adéquat.  |      |                |      |
| Les collaborateurs appliquent une culture commune des repas, ce qui implique, par exemple, qu'ils respectent les règles et les rituels convenus et qu'ils discutent avec les enfants, et pas seulement entre eux.  |      |                |      |
| Les collaborateurs acceptent le fait que lors d'un repas de midi qui réunit un certain nombre d'enfants, l'ambiance est souvent plus bruyante et plus agitée que lors d'un repas dans un cercle familial.  |      |                |      |
| Les collaborateurs façonnent une culture de la conversation plaisante.   |      |                |      |

|   | Vrai | En partie vrai | Faux |
|---|------|----------------|------|
| <b>Gestion des règles et des rituels</b>  |      |                |      |
| Les règles (p. ex. bonnes manières à table) et les rituels instaurés pour le repas de midi poursuivent l'objectif que les enfants puissent profiter d'un repas agréable, bavarder et se détendre avant la reprise des cours.          |      |                |      |
| Les règles et les rituels sont bien acceptés par tous les collaborateurs. Vous pouvez les justifier objectivement. Les phrases comme « parce qu'on fait ainsi » ou « parce que cela se passe comme ça en famille » ne suffisent pas.  |      |                |      |
| Les règles (p. ex. bonnes manières à table) et les rituels pertinents et peu nombreux contribuent utilement à un bon esprit de communauté. Ils sont régulièrement contrôlés au bénéfice du groupe d'enfants et ajustés si nécessaire. |      |                |      |
| Les enfants qui se comportent de manière inappropriée sont rappelés à l'ordre. Une discussion prend place avec eux.   |      |                |      |
| <b>Gestion des repas</b>  |      |                |      |
| Manger est une source de plaisir. L'alimentation assure la santé et les capacités d'une personne et ne peut être détournée pour d'autres objectifs (p. ex. comme récompense ou consolation).  |      |                |      |
| Les plats proposés sont accessibles à tous : vous n'interdisez pas un aliment que les enfants et adolescents apprécient (p. ex. dessert) pour les punir (p. ex. lorsqu'ils ne finissent pas leur assiette ou ne goûtent pas tout).    |      |                |      |
| Vous encouragez les enfants et adolescents à faire preuve de curiosité à l'égard de la nourriture et à découvrir ce qu'ils ne connaissent pas. Vous les invitez à goûter sans les forcer.   |      |                |      |
| Vous aidez les enfants à apprendre à évaluer leur faim et à se servir en conséquence. Les enfants peuvent se servir plusieurs fois de petites portions.   |      |                |      |
| Les enfants peuvent s'arrêter de manger quand ils n'ont plus faim. Ils ne doivent pas obligatoirement finir leur assiette.  |      |                |      |
| Les enfants peuvent choisir le rythme auquel ils mangent. Si plusieurs services sont prévus, il convient de répartir les enfants selon l'âge et/ou selon le rythme auquel ils mangent.  |      |                |      |
| <b>Organisation autour de la table</b>  |      |                |      |
| La pause de midi est destinée au repas, mais aussi à l'activité physique et à d'autres formes de détente. Ces différents moments doivent être clairement délimités.   |      |                |      |
| Durant la matinée, il est communiqué suffisamment tôt aux collaborateurs de quel groupe ils sont responsables. Les collaborateurs saluent chacun des enfants et prennent congé d'eux (devoir de surveillance).                        |      |                |      |
| L'équipe décide si les enfants peuvent choisir leur place ou si elles sont attribuées. L'une ou l'autre possibilité est à privilégier en fonction de la situation.  |      |                |      |
| Le repas de midi est organisé d'une telle façon que les enfants se sentent bien et que l'atmosphère agréable soit favorisée (p. ex. en divisant une grande salle en plusieurs parties).   |      |                |      |
| Le repas de midi favorise les contacts sociaux et l'intégration. Les compétences sociales et personnelles des enfants sont encouragées (p. ex. mettre une partie des plats ou tous les plats sur la table).                           |      |                |      |
| La participation des enfants et adolescents est souhaitée : ils peuvent apporter une aide (p. ex. servir, débarrasser ou essuyer les tables).   |      |                |      |

|   | Vrai | En<br>partie vrai | Faux |
|---|------|-------------------|------|
| <b>Auto-évaluation</b>  |      |                   |      |
| <p>Vous pouvez à présent calculer votre nombre de points.</p> <p>Comptez 2 points pour chaque réponse « vraie »<br/>et 1 point pour chaque réponse « en partie vraie ».<br/>N'ajoutez aucun point pour les réponses « faux ».</p> |      |                   |      |
| <b>Points totaux</b>  |      |                   |      |

## D 2 Baromètre de qualité – pédagogie

Pour procéder à l'auto-évaluation, reportez sur le baromètre de qualité le nombre de points obtenus :



|   |  |
|---|--|
| Le résultat correspond-il à vos attentes et aux possibilités de votre organisme ? |  |
| Quand prévoyez-vous la prochaine auto-évaluation ?                                |  |
| Quel est votre objectif lors de la prochaine auto-évaluation ?                    |  |

Complété le : \_\_\_\_\_ par : \_\_\_\_\_

### Commentaires

## D 3 Des chiffres aux actes – pédagogie

- Quels points forts pouvez-vous mettre en évidence ?
- Quels aspects pouvez-vous améliorer ?
- L'alimentation est une affaire personnelle et les attentes placées dans la nourriture et les repas sont étroitement liées aux désirs et aux idéaux de chacun, mais aussi à ses habitudes. Avez-vous pris conscience de vos désirs, de vos idéaux et de vos habitudes ?
- Comment vos attentes se combinent-elles avec les attentes des autres parties impliquées et la situation globale effective sur le terrain ?

|   | Objectif 1 | Objectif 2 |
|---|------------|------------|
| <b>Que souhaitons-nous changer ?</b><br>(Objectifs de qualité)          |            |            |
| <b>A quoi pouvons-nous observer les changements ?</b><br>(Indicateurs)  |            |            |
| <b>Comment souhaitons-nous réaliser les changements ?</b><br>(Mesures)  |            |            |
| <b>Quand et comment mesurons-nous les changements ?</b><br>(Évaluation) |            |            |



### **Auteurs**

Ute Bender, Haute école spécialisée de la Suisse du Nord-Ouest, Haute école pédagogique, Santé et économie familiale

Thea Rytz, Service PEP – Prévention concrète des troubles alimentaires

Cornelia Conrad Zschaber, RADIX Fondation suisse pour la santé

Esther Jost/Charlotte Weidmann, Société suisse de nutrition SSN

Contact : Cornelia Conrad Zschaber, conrad@radix.ch

### **Informations et soutien**

Il est judicieux de se renseigner pour savoir si les services spécialisés cantonaux, communaux ou municipaux, les fédérations, les hautes écoles pédagogiques ou les directions d'établissements et les enseignants proposent un soutien.

PEP – Gemeinsam Essen, Ess- und Tischkultur in Tagesschulen (Manger ensemble, Culture de l'alimentation et de la table dans les écoles de jour), Thea Rytz et Sophie Frei :

[www.pepinfo.ch/de/Projekte-PEP/projekt-8-12-jaehrige-kinder/pep-gemeinsam-essen.php](http://www.pepinfo.ch/de/Projekte-PEP/projekt-8-12-jaehrige-kinder/pep-gemeinsam-essen.php)

Formation continue des équipes, Supervision sur l'éducation et la pédagogie concernant les repas communs dans les structures de jour : PEP – Manger ensemble : [www.pepinfo.ch/de/Projekte-PEP/projekt-8-12-jaehrige-kinder/pep-gemeinsam-essen.php](http://www.pepinfo.ch/de/Projekte-PEP/projekt-8-12-jaehrige-kinder/pep-gemeinsam-essen.php)

### **Documents disponibles**

Guide d'utilisation des check-lists

Check-list [Organisation](#)

Check-list [Pédagogie](#)

Check-list [Offre alimentaire](#)

Check-list [Alimentation durable](#)

Check-list [Allergies et intolérances alimentaires](#)

Check-list [Collaboration avec les fournisseurs de repas](#)

Check-list [Entretiens avec les parents, la direction de l'école et les enseignants](#)