

Alimentation

Les outils sélectionnés par le Service PSE

Le Service PSE a également sélectionné une série d'outils et de sites Internet élaborés par d'autres intervenants "santé"; ceux-ci peuvent aider les enseignants dans la mise en pratique de leur projet-santé.

Politique de promotion des habitudes saines sur les plans alimentaires et physiques du Gouvernement de la Fédération Wallonie-Bruxelles

Type d'outil : Documentation

Format : Site Internet

Résumé : Ce site reprend la politique de promotion des attitudes saines sur les plans alimentaires et physiques en Fédération Wallonie-Bruxelles. Vous y trouverez des rubriques par profils (j'ai moins de 12 ans, j'ai moins de 18 ans, je suis un parent, je suis un professionnel, je suis un enseignant, ...), une description du plan « attitudes saines », les outils de la campagne (le journal des écoles, les affiches, les cartes postales et les magnets), ...

A télécharger sur : <http://www.mangerbouger.be/>

Plan National Nutrition Santé

Type d'outil : Documentation

Format : Site Internet

Résumé : Site du Service Public Fédéral : Santé Publique, Sécurité de la chaîne alimentaire et Environnement. Vous y trouverez le Plan National Nutrition Santé (PNNS) avec des informations sur celui-ci, des recettes saines, des informations pour les professionnels, un jeu « mangepatou », ... Les brochures du PNNS sont téléchargeables (Vivement recommandé pour les jeunes et moins jeunes, Vivement recommandé pour les futures mamans et parents avec enfants de 0 à 3 ans, Vivement recommandé pour les enfants de 3 à 12 ans et leurs parents, Coup de foudre vivement recommandé aux garçons et filles entre 12 et 18, Vivement recommandé pour seniors au cœur jeune)

A télécharger sur :

https://portal.health.fgov.be/portal/page?_pageid=56,7422388&_dad=portal&_schema=PORTAL

Enfant et nutrition : guide à l'usage des professionnels

Type d'outil : Recommandation

Format : Livre

Année de création : 2009

Editeur : Office de la Naissance et de l'Enfance

Résumé : Extrait du guide de médecine préventive de l'ONE en 2004, ce guide traite de l'alimentation des enfants de 0 à 12 ans. En outre, il attire une attention particulière à l'activité physique qui est souvent négligée quand on parle de nutrition. Cet outil se veut fonctionnel, utilisable dans la pratique quotidienne. L'objectif est de donner aux professionnels de la santé des références, des pistes communes pour prévenir l'obésité qui devient une réelle problématique de santé dans notre société.

A télécharger sur :

http://www.sante.cfwb.be/fileadmin/sites/dgs/upload/dgs_super_editor/dgs_editor/documents/Publications/Alimentation/enfant_et_nutrition.pdf

Vendre des collations saines dans les écoles maternelles et primaires, c'est possible !

Type d'outil : Documentation

Format : Brochure

Année de création : 2001

Editeur : Observatoire de la Santé du Hainaut

Résumé : Développer avec succès la vente de collations saines dans votre école, c'est possible ! Ce guide vous y aidera. Il relate l'expérience de huit écoles maternelles et primaires qui se sont lancées dans l'aventure. Les témoignages de dix écoles rôdées à la vente de collations saines depuis plusieurs années complètent ce document.

A télécharger sur : <http://www.hainaut.be>

Sac à tartines, sac à malices

Type d'outil : Documentation

Format : Brochure

Année de création : 2003

Editeur : Euralisa ASBL

Résumé : Guide qui propose des suggestions goûteuses et variées pour le plaisir des yeux et de la bouche des enfants. Pratique et humoristique, ce fascicule répond à bien des questions qui préoccupent les familles. De l'achat à la conservation en passant par la préparation et le conditionnement des boîtes à « tartines », des recettes alliant saveurs et santé sont proposées. Collations, desserts et boissons ne sont pas oubliés.

A télécharger sur : <http://www.sante.cfwb.be>

L'eau comme boisson à l'école

Type d'outil : Support didactique

Format : Brochure

Année de création : 2005

Editeur : Fondation pour la santé dentaire

Résumé : Deux grands objectifs sont développés dans ce guide :

- Redonner à l'eau une place de référence au sein de l'école
- Encourager sa consommation par les élèves

A télécharger sur : <http://www.sourirepourtous.be>

Mon énergie en équilibre

Bien dans son assiette ... bien dans ses baskets !

Type d'outil : Documentation

Format : Brochure

Année de création : 2010

Editeur : Fondation contre le cancer

Résumé : Cette brochure est spécialement conçue pour les adolescents. Son format et ses couleurs sont attrayantes et donnent envie d'en savoir plus à propos de l'alimentation et de l'activité physique. Quelques rappels sont évoqués, des trucs et astuces sont partagés et des quizz sont proposés !

A télécharger sur : <http://www.cancer.be/images/publications/modes-de-vie-et-cancer-prevention-/energie-en-balance.pdf>

Le site de la nutrition santé&plaisir

Type d'outil : Documentation

Format : Site Internet

Résumé : En surfant sur le site, vous pourrez découvrir des conseils santé, des brochures et des affiches à télécharger, des recettes de cuisine, des trucs et astuces pour bouger et manger équilibré ! Différentes rubriques sont consacrées aux adolescents, aux parents, aux seniors, aux femmes enceintes et aux professionnels de la santé.

A télécharger sur : <http://www.mangerbouger.fr>