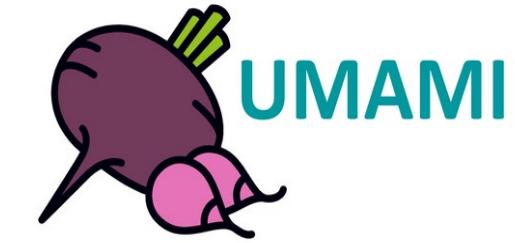


# Rencontre Romande EDD



**Dans le cadre du projet UMAMI:**

DEVELOPEMENT INTER&TRANSDISCIPLINAIRE D'UN PROGRAMME DE  
L'EDUCATION à L'ALIMENTATION SAINE ET DURABLE POUR L'ECOLE PRIMAIRE

Fabienne Bochatay (Fondation Senso5) & Charlotte Bourcet  
(Collaboratrice scientifique, BFH-HAFL)

15.11.2023

# Une culture d'établissement alliant santé, égalité et durabilité - Ça veut dire quoi ?

## Atelier 10

### Les enjeux de l'alimentation au sein de l'école : co-création de pistes d'actions pour contribuer à un comportement alimentaire sain et durable

Quel rôle peut jouer l'école pour contribuer au comportement alimentaire nécessaire pour l'atteinte des ODD? Comment y contribuer, de manière attractive en faisant de l'éducation nutritionnelle?

Au travers de cet atelier ludique et pratique, nous vous inviterons à partager une réflexion sur les représentations et sur le contexte alimentaire actuel afin d'avoir une vision globale des conséquences de notre alimentation sur notre santé, notre société et notre planète.

Nous dialoguerons sur le rôle de l'école dans la transformation du «système alimentaire» et nous co-créerons des pistes d'actions concrètes à mettre en place de retour dans son école.

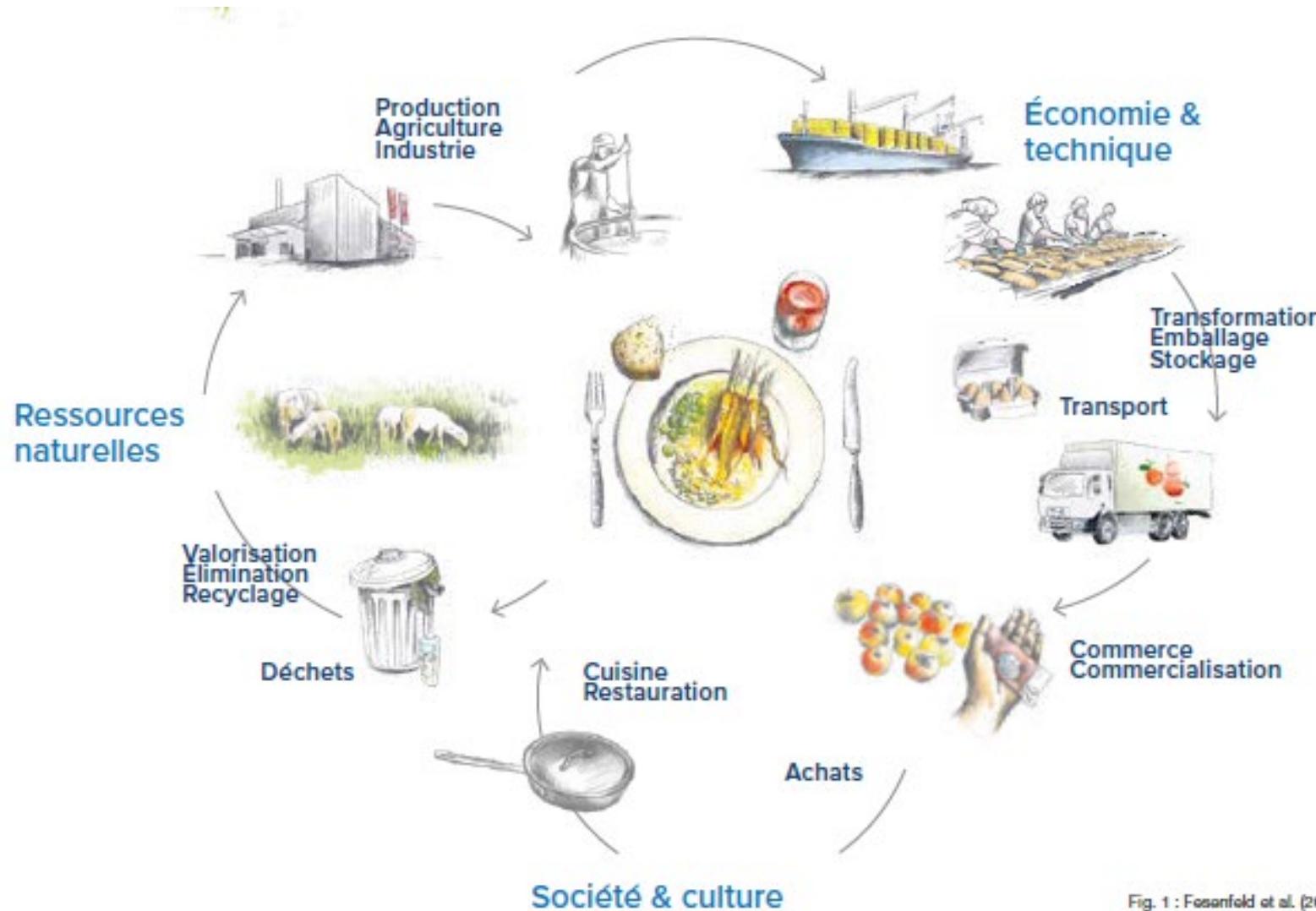
**Fabienne Bochatay Morel**, diététicienne et collaboratrice pour le projet école « Senso5 », Fondation Senso5

**Charlotte Bourcet**, spécialiste en sciences sensorielles et de la consommation, Haute école spécialisée Bernoise - sciences agronomiques, forestières et alimentaires (BFH-HAFL)

**Public-cible**  
Cycles 1 à 3 et directions d'école



# En quoi consiste le système alimentaire ?



## DÉFINITION DU SYSTÈME ALIMENTAIRE

Le système alimentaire comprend toutes les composantes et activités allant de la production des aliments jusqu'à leur consommation, en passant par leur transformation et leur distribution, ainsi que toutes les substances que le système absorbe (inputs) et rejette (outputs).

Source : [https://sdsn.ch/wp-content/uploads/2023/02/Fesenfeld\\_et\\_al\\_SDSN\\_Leitfaden\\_Ernaehrungszukunft.pdf](https://sdsn.ch/wp-content/uploads/2023/02/Fesenfeld_et_al_SDSN_Leitfaden_Ernaehrungszukunft.pdf)

# L'alimentation n'a pas uniquement un impact sur la santé humaine !

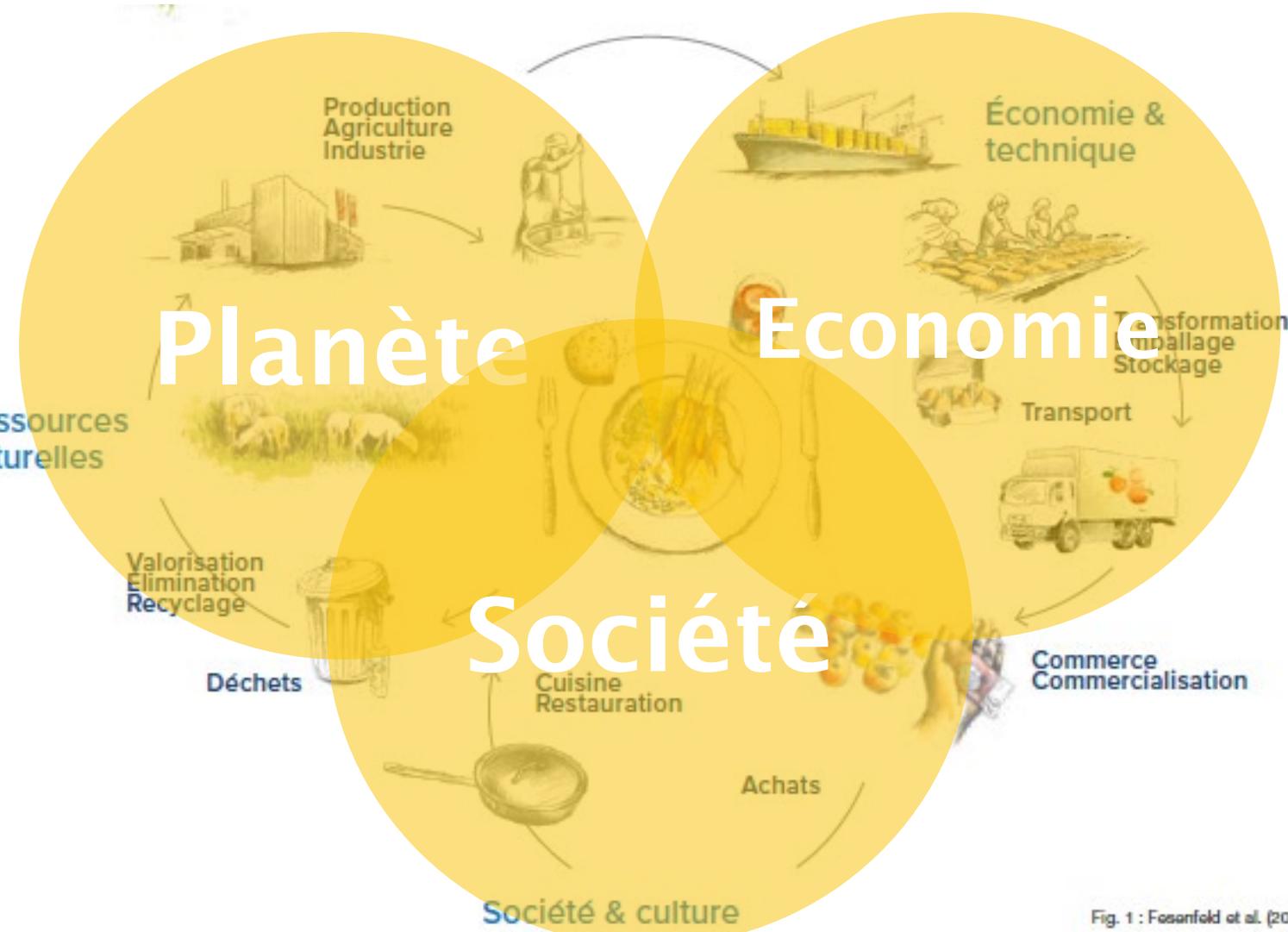
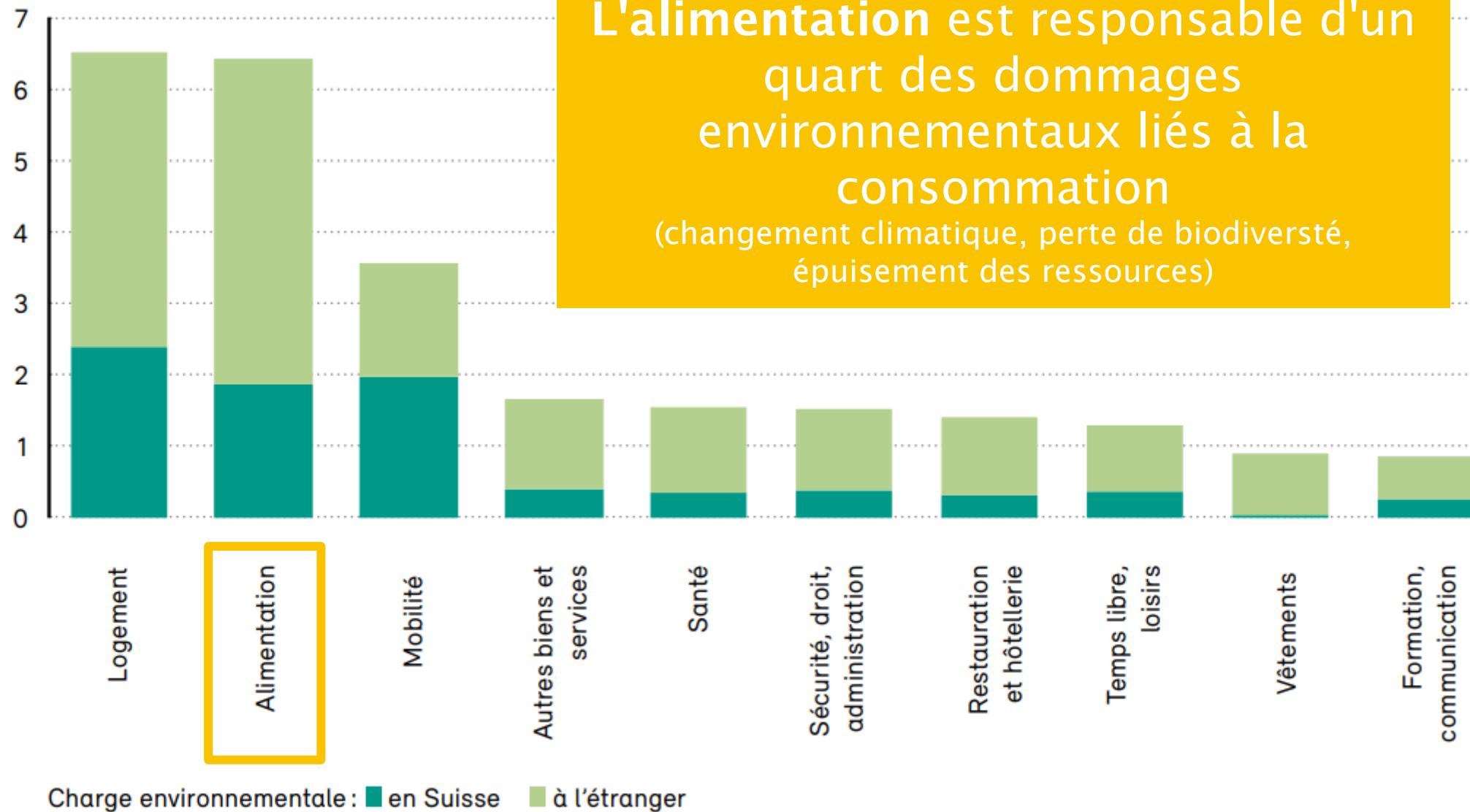


Fig. 1 : Feserfeld et al. (2023)<sup>par</sup> / Tolak

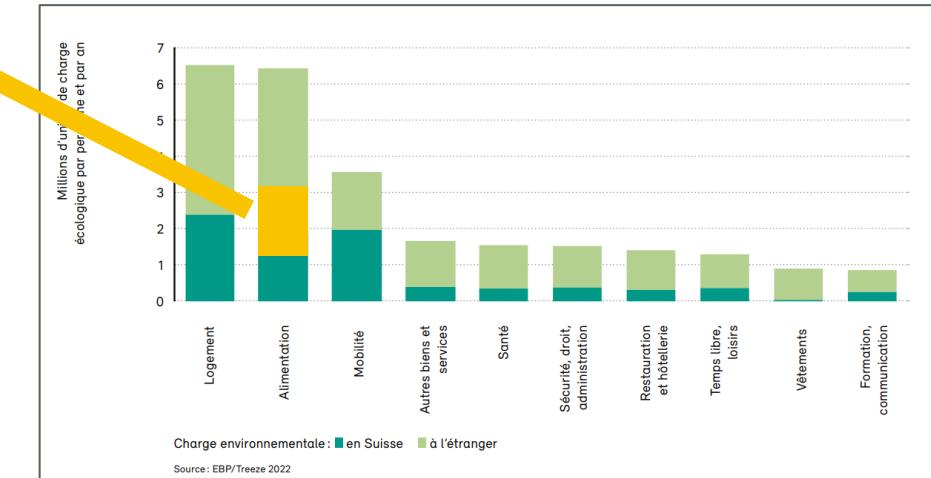
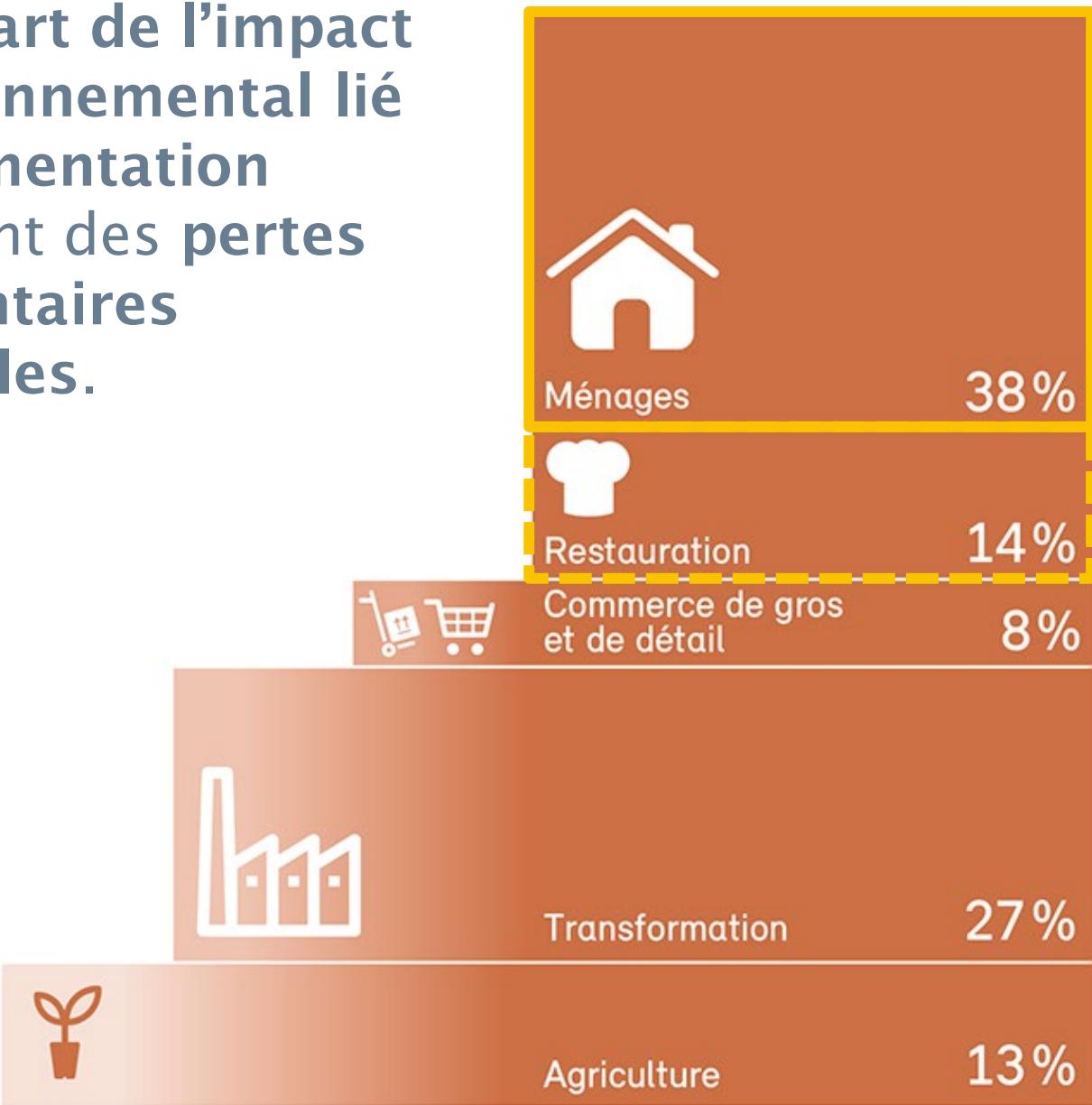
Millions d'unités de charge écologique par personne et par an



L'alimentation est responsable d'un quart des dommages environnementaux liés à la consommation  
(changement climatique, perte de biodiversité, épuisement des ressources)

Source : EBP/Treeze 2022

Un quart de l'impact environnemental lié à l'alimentation provient des pertes alimentaires évitables.

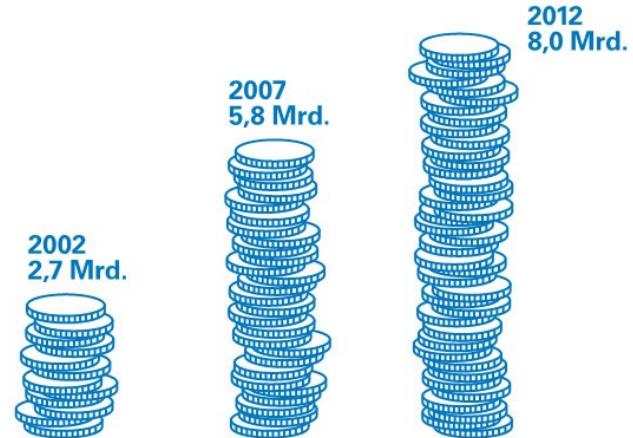


# Lien alimentation et santé est connu, mais gros impact économique également

- ▶ Les coûts de la maladie liés au surpoids et à l'obésité ont triplé entre 2002 et 2012, passant de 2,7 milliards de francs à environ 8 milliards de francs par an

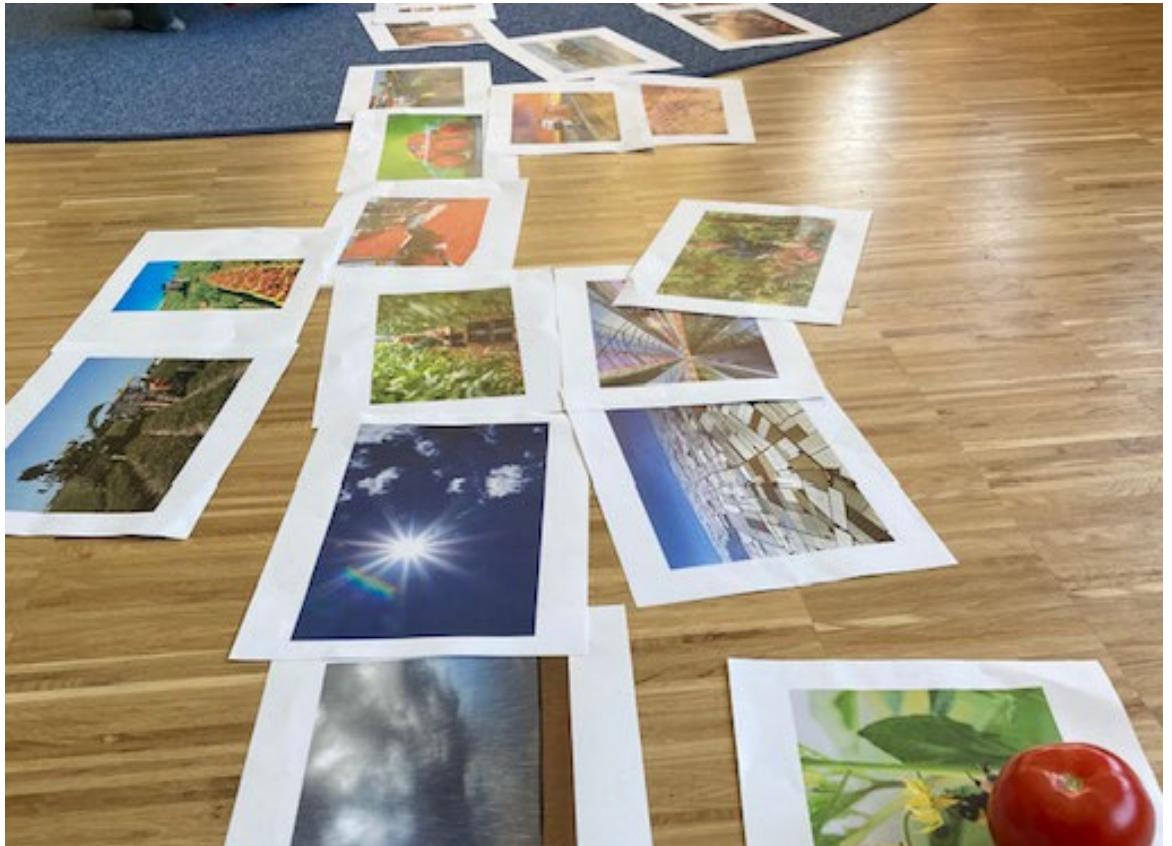
## Coûts du surpoids et de l'obésité

Evolution des coûts du surpoids et de l'obésité



+ inégalité sociales (accès à l'alimentation, conditions de travail etc.)

# Système alimentaire en classe

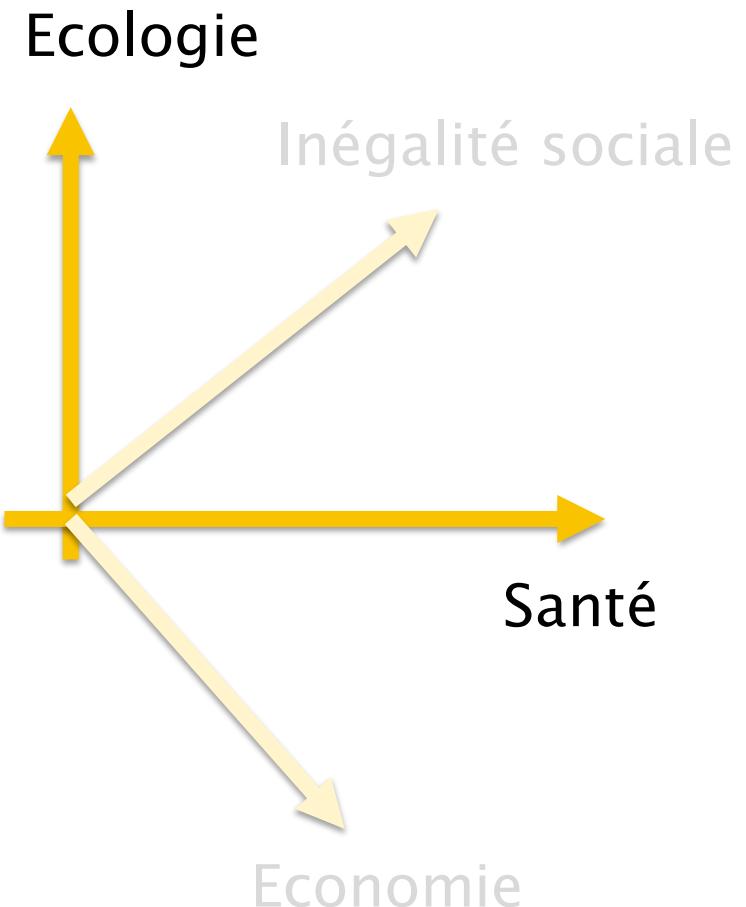


# Système alimentaire en classe



# Travail de groupe

Placez les aliments sur le graphique en fonction de leur impact sur l'environnement et de leur importance pour notre santé.





## Le bilan écologique des aliments:

### Définition:

Un écobilan est une analyse systématique de l'impact qu'un produit peut avoir sur l'environnement du début à la fin de son cycle de vie. Il prend en compte les différents types d'émissions (ex: CO<sub>2</sub>, nitrate, produits phytosanitaires) et l'utilisation des ressources (ex: énergie, eau, terres).

### Unités de charge écologique (UCE):

Le résultat de l'écoévaluation est synthétisé dans une valeur unique, exprimée en unités de charge écologique (UCE). Plus cette valeur est élevée, plus l'impact sur l'environnement est important.

### Taille des portions:

Ce graphique représente les UCE des différents aliments pour une portion. La taille des portions est basée sur les recommandations de la pyramide alimentaire suisse.

### Méthode:

Les UCE ont été calculées suivant la méthode de la saturation écologique (2013). Elle prend en compte l'impact environnemental des denrées alimentaires, de la production au supermarché. Il n'est pas tenu compte des impacts environnementaux ultérieurs, générés par le transport jusqu'au domicile, le stockage au réfrigérateur, la préparation, le gaspillage alimentaire et autres facteurs.

### Conseils:

Comment gérer sa propre alimentation pour qu'elle soit la plus compatible possible avec l'environnement? Vous trouverez des conseils dans notre rubrique FOODprints\*, sur [www.foodprints.ch](http://www.foodprints.ch)

### Légende:

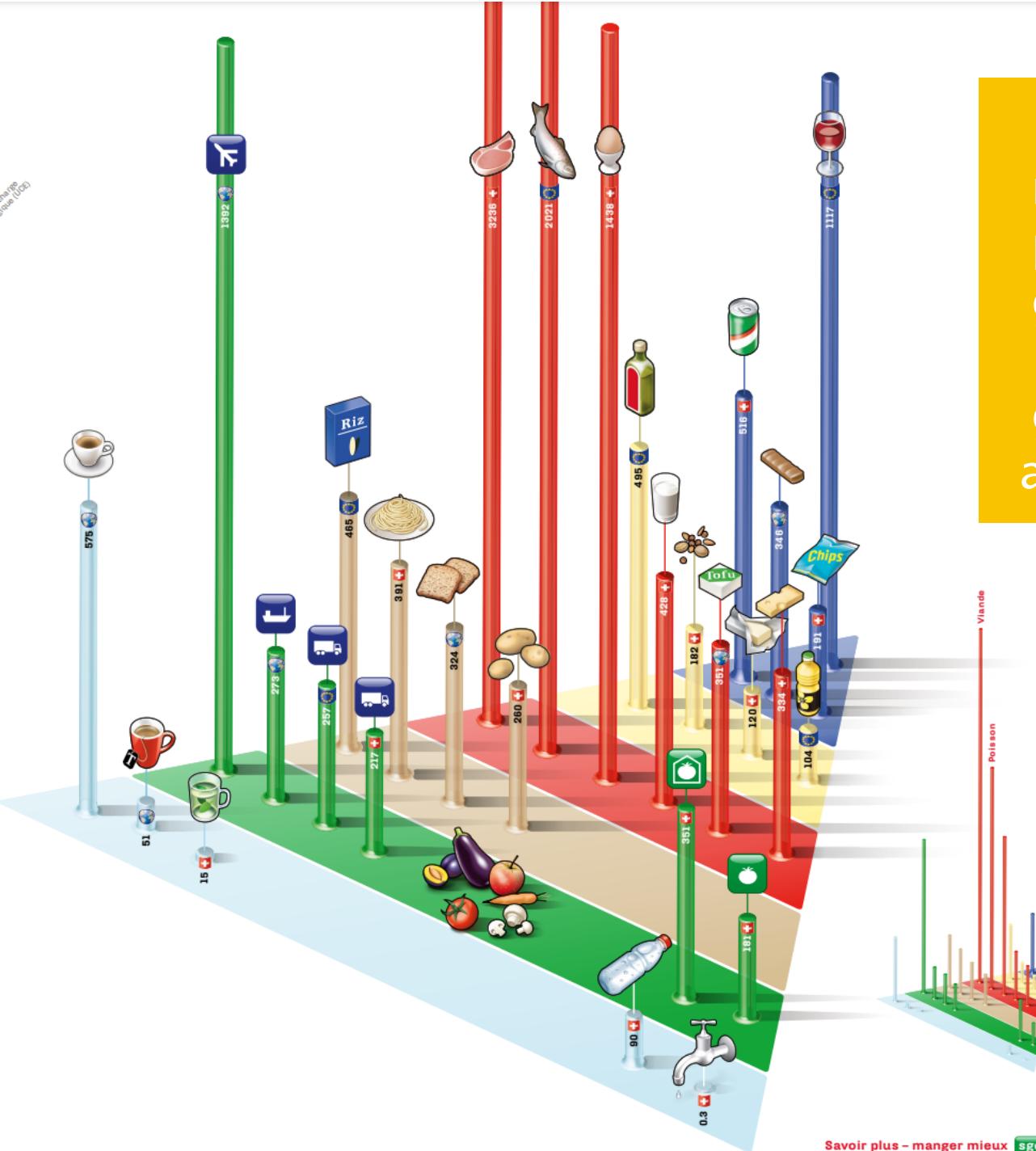
Origine:  
+ / CH: Suisse  
EU / UE: Europe  
H / UN: Hors Europe  
PI = production intégrée  
0 = moyenne

**Impressum:**  
Source: EQU-services GmbH  
Graphique: truc.ch, Berne  
© Copyright 2020:  
Société Suisse de Nutrition SSN  
[www.sge-ssn.ch](http://www.sge-ssn.ch)

Avec le soutien de:



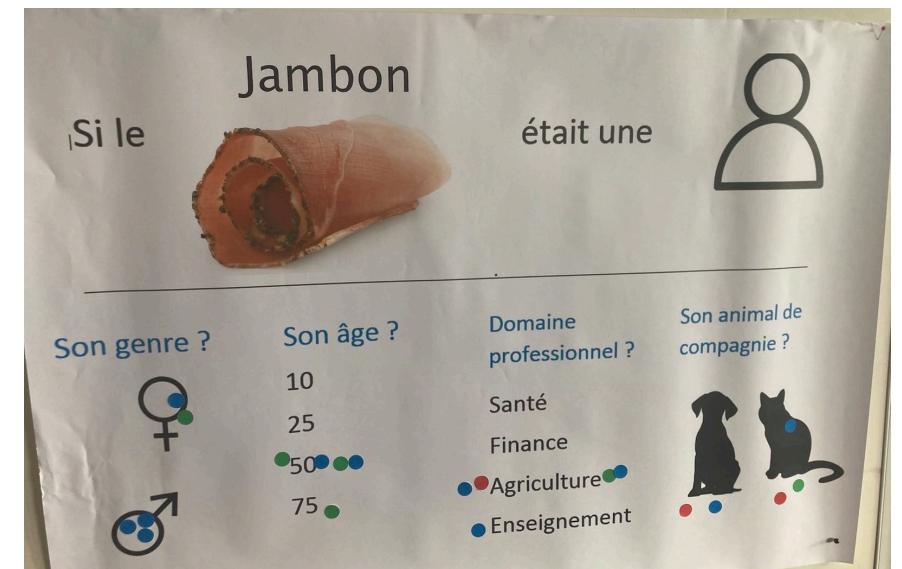
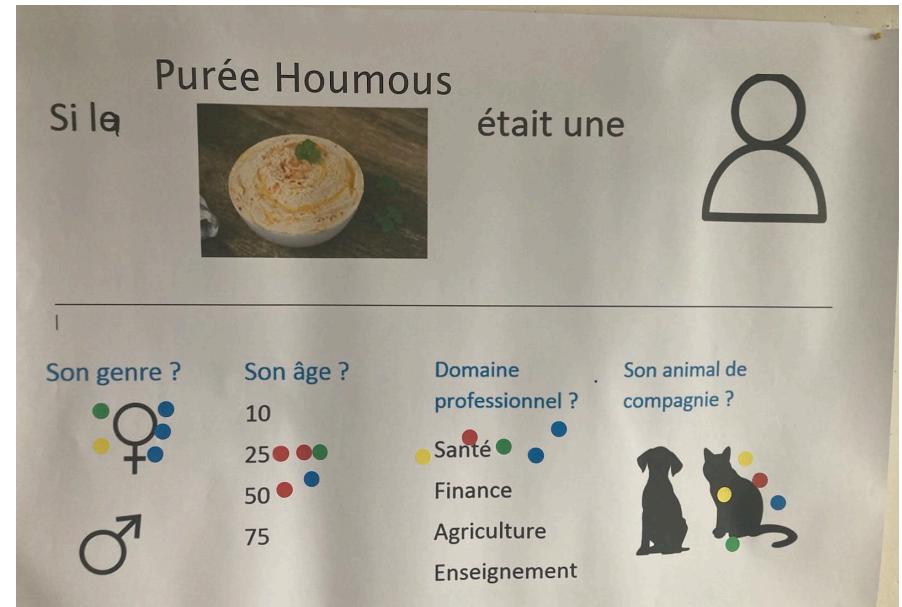
	Origine	Portion	Unité de charge écologique (UCE)
<b>Boissons</b>			
Café noir	UN	2 dl	<b>575</b>
Thé noir	UN	2 dl	<b>51</b>
Tisane de menthe	CH	2 dl	<b>15</b>
Eau minérale en bouteille PET	CH	2 dl	<b>90</b>
Eau du réseau	CH	2 dl	<b>0.3</b>
<b>Légumes &amp; fruits</b>			
Transport par avion	UN	120 g	<b>1392</b>
Transport par bateau	UN	120 g	<b>273</b>
Transport par la route	UE	120 g	<b>257</b>
Transport par la route	CH	120 g	<b>217</b>
Légumes sous serre (chauffés)	CH	120 g	<b>351</b>
Légumes de plein air	CH	120 g	<b>181</b>
<b>Produits céréaliers, pommes de terre &amp; légumineuses</b>			
Riz (cru)	UN	60 g	<b>465</b>
Pâtes (cruies)	EU	60 g	<b>391</b>
Pain	CH	100 g	<b>324</b>
Pommes de terre	CH	240 g	<b>260</b>
<b>Produits laitiers, viande, poisson, œufs &amp; tofu</b>			
Viande (Ø)	CH	110 g	<b>3236</b>
Bœuf (PI)	CH	110 g	<b>5828</b>
Porc (PI)	CH	110 g	<b>2180</b>
Poulet (PI)	CH	110 g	<b>1601</b>
Poisson (Ø)	UE	110 g	<b>2021</b>
Saumon fumé (élevage)	UE	110 g	<b>3196</b>
Poisson de mer (sauvage)	UE	110 g	<b>1309</b>
Filet de truite (élevage)	UE	110 g	<b>1560</b>
Œufs	CH	110 g	<b>1438</b>
Lait	CH	2 dl	<b>428</b>
Tofu	Mix	110 g	<b>351</b>
Fromage	CH	30 g	<b>334</b>
<b>Huiles, matières grasses &amp; fruits à coque</b>			
Huile d'olive	UE	10 g	<b>495</b>
Amandes	UN	25 g	<b>182</b>
Beurre	CH	10 g	<b>120</b>
Huile de colza	UE	10 g	<b>104</b>
<b>Sucre, snacks salés &amp; alcool</b>			
Vin rouge	UE	1 dl	<b>1117</b>
Bière	CH	3 dl	<b>516</b>
Chocolat au lait	Mix	20 g	<b>346</b>
Chips	CH	30 g	<b>191</b>



Ce qui n'apparaît pas sur ce graphique c'est le : gaspillage alimentaire

# Pistes d'action

1. Alimentation végétale
2. Alimentation variée
3. Moins de gaspillage alimentaire
4. Alimentation «brute» (peu transformée)
5. Manger juste assez



**Quelles pistes d'action pouvez vous concrètement mettre en place dans votre école afin d'impacter positivement votre culture d'établissement en terme de santé, égalité et durabilité via l'alimentation?**