



**Programme *Nutrition, Prévention et Santé* des *enfants et adolescents* en
Aquitaine**

**Evaluation du projet « Amélioration de l'offre alimentaire (hors restauration scolaire) et
accompagnement pédagogique dans des collèges et lycées d'Aquitaine » :
ENQUETE SOCIOLOGIQUE**

Rapport établi par : Marie Lamaison, Coralie Langevin, Caroline Carriere, et Hélène Thibault

Juillet 2010

www.nutritionenfantaquitaine.fr

Correspondance :

Hélène Thibault

Institut de Santé Publique, d'Epidémiologie et de Développement,
ISPED - Université Victor Segalen Bordeaux 2

146, rue Léo-Saignat. 33076 Bordeaux



SOMMAIRE

| | |
|---|-----------|
| SYNTHESE DES RESULTATS..... | 3 |
| CONTEXTE, OBJECTIFS ET METHODOLOGIE..... | 5 |
| I. CONTEXTE DE L'ENQUETE : LE PROJET « AMELIORATION DE L'OFFRE ALIMENTAIRE (HORS RESTAURATION SCOLAIRE) DANS DES COLLEGES ET LYCEES D'AQUITAINE »..... | 5 |
| A. Contexte du projet..... | 5 |
| B. Objectif du projet..... | 6 |
| C. Méthodologie d'intervention..... | 6 |
| D. Evaluation du projet : deux types d'enquête..... | 6 |
| II. OBJECTIFS DE L'ENQUETE SOCIOLOGIQUE..... | 7 |
| III. METHODOLOGIE DE L'ENQUETE SOCIOLOGIQUE..... | 7 |
| A. L'observation..... | 7 |
| B. L'entretien collectif..... | 8 |
| C. L'entretien individuel..... | 8 |
| D. Autorisation et confidentialité..... | 8 |
| RESULTATS..... | 9 |
| I. PRESENTATION DE L'ECHANTILLON CONCERNE PAR L'ENQUETE SOCIOLOGIQUE..... | 9 |
| A. Etablissements concernés..... | 9 |
| B. Observations..... | 10 |
| C. Entretiens collectifs..... | 10 |
| D. Entretiens individuels..... | 11 |
| II. LA MODIFICATION DE L'OFFRE ALIMENTAIRE DANS LES ETABLISSEMENTS SCOLAIRES (ANNEE SCOLAIRE 2008-2009)..... | 13 |
| A. Un contexte marchand..... | 13 |
| B. Description de l'offre alimentaire proposée dans les établissements..... | 13 |
| C. Pratiques d'achat et de consommation des élèves..... | 16 |
| 1) Fréquence d'achat d'aliments..... | 16 |
| 2) Raisons justifiant l'achat d'aliments durant les pauses..... | 16 |
| 3) Un comportement de partage..... | 16 |
| 4) Les lycéens plus consommateurs que les collégiens..... | 16 |
| 5) Influence du contexte marchand lié à la vente..... | 16 |
| D. Propositions et Suggestions de produits à mettre en vente par les élèves..... | 17 |
| 1) Demande de boissons..... | 17 |
| 2) Le cas des fruits..... | 17 |
| 3) Qu'en est-il des produits moins recommandés ?..... | 18 |
| 4) Une demande importante de variété..... | 19 |
| E. Points de vue et adhésion des élèves au changement d'offre alimentaire..... | 19 |
| 1) Un changement d'offre globalement accepté..... | 19 |
| 2) Points facilitant l'adhésion des élèves..... | 19 |
| 3) Facteurs limitant l'adhésion au changement d'offre alimentaire..... | 21 |
| III. ACCOMPAGNEMENT PEDAGOGIQUE ASSOCIE AU CHANGEMENT DE L'OFFRE ALIMENTAIRE (ANNEE 2007-08 ET 2008-09)..... | 23 |
| A. Description de l'accompagnement pédagogique proposé dans les établissements..... | 23 |
| 1) Description globale de l'accompagnement pédagogique..... | 23 |
| 2) Les méthodes employées par la diffusion de l'information..... | 26 |
| B. Point de vue de l'ensemble des élèves sur l'accompagnement pédagogique..... | 27 |
| 1) Point de vue des élèves sur la communication liée au changement d'offre alimentaire..... | 27 |
| 2) Point de vue des élèves sur les actions d'éducation nutritionnelle..... | 28 |
| 3) Point de vue des élèves sur l'implication de pairs dans la mise en place du projet..... | 32 |
| C. Propositions et suggestions des élèves concernant les actions pédagogiques..... | 34 |
| 1) Les élèves souhaitent de la cohérence dans les actions..... | 34 |
| 2) Points à aborder selon les élèves..... | 35 |
| IV. IMPACT DU PROJET SELON LES ELEVES..... | 35 |
| A. Impact du projet sur le comportement alimentaire de l'ensemble des élèves..... | 35 |
| 1) Impact du changement d'offre alimentaire..... | 35 |
| 2) Impact des messages PNNS..... | 36 |
| 3) Impact selon le type d'action menée..... | 36 |
| B. Impact du projet sur les élèves impliqués dans la mise en place du projet..... | 38 |
| DISCUSSION ET PISTES D'ACTION..... | 40 |
| CONCLUSION..... | 43 |

SYNTHESE DES RESULTATS

Les 28 observations, les 11 entretiens collectifs et les 45 entretiens individuels menés dans 14 des 26 établissements impliqués dans le projet « Amélioration de l'offre alimentaire (hors restauration scolaire) dans des collèges et lycées d'Aquitaine » ont permis de faire ressortir le point de vue des élèves sur ce projet (point négatifs et positifs) et l'impact que celui-ci a pu avoir ou non sur leur comportement alimentaire.

Il ressort de manière générale que les actions mises en place (changement de l'offre alimentaire au foyer des élèves et actions d'accompagnement pédagogique sur le thème de la nutrition) sont appréciées des élèves. La plupart pensent qu'il est utile de mettre en place un tel projet, afin de sensibiliser les élèves à l'équilibre alimentaire, la composition nutritionnelle des aliments mais aussi pour leur faire prendre conscience des conséquences d'une alimentation trop riche (gras, sucres) ou de comportements de restriction chez certains jeunes filles. Il leur paraît également important que l'établissement scolaire serve d'exemple et propose des aliments recommandés au foyer des élèves.

La plupart des élèves n'ont pas été réticents au changement d'offre au foyer des élèves. Cependant, ils souhaitent, de manière générale, que le foyer propose de la variété et, également, des produits ayant un « bon rapport qualité/prix », ce qui signifie pour eux « un bon goût, un faible coût et un effet de satiété important ». L'offre alimentaire nouvellement proposée (principalement petits pains variés et fruits pour certains établissements) semble être appréciée. Concernant spécifiquement les fruits, un certain succès est mentionné et une partie des élèves pensent qu'il est important d'en proposer pour inciter la consommation chez ceux qui n'ont pas l'habitude d'en manger mais aussi pour les jeunes filles qui font attention à leur alimentation.

L'implication de pairs dans la mise en place des actions pédagogiques et la diffusion des messages est également un point positif du projet. De plus, les élèves ont apprécié le fait que ces actions sortent du cadre habituel des cours et soient attractives, conviviales et originales (création d'affiche, jeu de dégustation, débat,...). Elles ont permis aux élèves :

- d'une part, de pouvoir s'exprimer sur le thème de la nutrition (qu'ils considèrent comme un sujet important, d'actualité) et de partager leur avis avec leurs camarades et des adultes extérieurs ou non à l'établissement (chargée de projet CODES, infirmière scolaire, enseignant,...),
- d'autre part, de pouvoir acquérir une expérience, des responsabilités, de la crédibilité envers leur camarade mais aussi de la confiance de la part des équipes éducatives.

Cependant, des limites, points à améliorer sont ressortis des observations et des divers entretiens menés.

Tout d'abord, certains élèves ont fait ressortir un manque de communication autour du changement d'offre opéré au foyer des élèves : les objectifs santé du projet n'ont pas toujours été bien mis en valeur, entraînant parfois une réticence de la part des élèves ; certains disent même avoir vécu l'arrêt de la vente de viennoiseries ou barres chocolatées comme une « nouvelle interdiction de la part de l'établissement ». Selon eux, le foyer des élèves (association loi 1901 gérée en général par les élèves de l'établissement, notamment dans les lycées) représente un lieu de liberté qui ne doit pas être soumis à des contraintes ou à l'autorité du chef d'établissement. Ces élèves auraient alors aimé être plus impliqués dans ce changement d'offre, consultés sur les produits recommandés qui auraient pu remplacer l'offre initiale ou avoir la possibilité de proposer une offre plus diversifiée (alternance de produits initialement proposés et de produits recommandés).

De plus, le contexte marchand dans lequel s'inscrit le foyer des élèves peut parfois aller à l'encontre de l'objectif santé initial du projet : le fait de devoir faire des bénéfices pour continuer à financer les activités proposées aux élèves dans le cadre du foyer (voyages, UNSS,...) et d'écouler les stocks, pousse certains élèves, et parfois des membres de l'équipe éducative responsables de la vente, à inciter les élèves à la consommation de plusieurs produits (incitation à l'achat, gestes commerciaux) et/ou à proposer la vente à des horaires peu recommandés.

Concernant les fruits, certains établissements n'ont pas voulu essayer d'en vendre en complément des petits pains et ce pour plusieurs raisons :

- par peur d'une perte importante de bénéfice,

- des fruits gratuitement disponibles au restaurant scolaire étaient déjà proposés aux élèves avant la mise en place du projet.

De plus, les élèves des établissements dans lesquels une vente de fruit avait été tentée, nous ont fait part de la difficulté de pérenniser la vente, du fait de la difficulté de s'approvisionner en fruit de qualité à des prix attractifs pour les élèves : beaucoup ne sont pas prêts à payer un fruit plus de 30cts.

En outre, les actions pédagogiques ont satisfait les élèves et beaucoup jugent les messages PNNS utiles pour apprendre quels comportements alimentaires adopter pour être en bonne santé. Cependant, d'autres se sont dits être lassés de ces messages : ils disent les entendre trop souvent, les connaître et ne plus avoir besoin qu'on leur répète et explique encore une fois.

D'autres élèves mettent également en avant le manque de cohérence qui peut exister entre ce projet (améliorer l'offre alimentaire au foyer des élèves et sensibiliser les élèves à l'équilibre alimentaire et aux messages PNNS) et la composition, la qualité et la variété des menus proposés au restaurant scolaire : il leur paraît important que les repas proposés à la cantine soit également en accord avec les actions menées dans leur établissement scolaire.

Du fait des points de vue divergents et de l'implication ou non des élèves dans la mise en place des actions (vente ou accompagnement pédagogique), il est difficile de constater réellement l'**impact de ce projet** sur les comportements alimentaires des adolescents. Cependant, les entretiens avec les élèves ont permis de mettre en avant plusieurs « catégories » d'élèves :

- ceux qui ont perçu le message et qui ont changé leur comportement alimentaire (par exemple : achat d'un petit pain par exemple au lieu d'une viennoiserie, prise plus fréquente d'un petit-déjeuner),
- ceux qui ont perçu le message et qui n'ont pas changé leur comportement (achats à l'extérieur de l'établissement de produits moins recommandés par exemple), soit parce qu'ils ne se sentent pas concernés, soit parce qu'ils n'adhèrent pas au changement car les produits proposés ne les satisfont pas en termes de goût et/ou de satiété,
- ceux qui n'ont pas forcément perçu le message et qui ont pourtant changé leur comportement, d'une manière presque « inconsciente » (ils n'ont pas d'autre choix que d'acheter ce qu'on leur propose dans l'établissement, notamment les collégiens),
- ceux qui n'ont pas perçu le message et qui n'ont pas changé leur comportement.

De manière générale, beaucoup d'élèves disent avoir amélioré leurs connaissances en termes de nutrition (recommandations nutritionnelles, composition des aliments, équilibre des repas) et d'avoir opéré une réflexion globale sur leur comportement alimentaire suite à ce projet.

Cependant, le changement de comportement alimentaire diffère selon les élèves, et ceci pour plusieurs raisons:

- les élèves impliqués, au cœur de l'action et de la diffusion des messages, ont opéré plus facilement un changement de comportement alimentaire,
- une diffusion de l'information originale et attractive a été menée et a permis de susciter plus facilement un intérêt chez les élèves et donc une écoute, une prise de conscience, qui s'est traduit par une modification progressive des comportements chez certains,
- la diffusion des messages et des recommandations par les pairs n'a pas touché l'ensemble des classes limitant alors l'impact du projet sur l'ensemble des élèves dans certains établissements.
- les comportements alimentaires des élèves se situent au centre de plusieurs influences (cf. rapport Annexe « CONTEXTES ET SITUATIONS INFLUENÇANT LE COMPORTEMENT ALIMENTAIRE DES ADOLESCENTS »).

Il ressort donc de cette enquête que l'efficacité des actions menées auprès d'adolescents est dépendante de leur capacité à être ludiques et à attirer leur attention, afin de les amener à réfléchir, voire à modifier leur comportement alimentaire.

Contexte, objectifs et méthodologie

I. Contexte de l'enquête : le projet « Amélioration de l'offre alimentaire (hors restauration scolaire) dans des collèges et lycées d'Aquitaine »

L'enquête sociologique qualitative faisant l'objet de ce rapport intervient dans l'évaluation du projet « Amélioration de l'offre alimentaire (hors restauration scolaire) dans des collèges et lycées d'Aquitaine », présenté ci-dessous.

A. Contexte du projet

Depuis novembre 2004, le programme régional *Nutrition, Prévention, Santé des enfants et adolescents en Aquitaine*, primé par l'OMS en Novembre 2006, met en œuvre des actions coordonnées sur le thème « Nutrition, Prévention, Santé » en s'appuyant sur les outils du Programme National Nutrition Santé (PNNS). Ce programme se décline en lien avec de nombreux partenaires (Education nationale, Assurance Maladie, Comités d'Education pour la Santé,...) en trois volets, dans les cinq départements d'Aquitaine:

- Dépistage et prévention du surpoids et de l'obésité,
- Amélioration de l'offre alimentaire en milieu scolaire,
- Actions pédagogiques sur le thème de l'alimentation et de l'activité physique.

Dans le cadre de ce programme, deux **enquêtes** ont été menées par l'ISPED (*Institut de Santé Publique d'épidémiologie et de Développement – Université Bordeaux 2*) au cours de l'année scolaire 2004-2005 :

- « État des lieux de l'offre alimentaire (hors restauration scolaire) dans les collèges et lycées de l'Académie de Bordeaux »
- « Activité Physique et nutrition chez les adolescents ».

Ainsi, 57% des collèges, 72% des lycées généraux et 75 % des lycées professionnels, réalisaient **des ventes d'aliments dans l'enceinte scolaire**, le plus souvent dans le cadre des **foyers des élèves**. La composition des aliments proposés apparaissait assez **éloignée des recommandations** puisqu'il s'agissait essentiellement de **viennoiseries** (75%), de **barres chocolatées** (30%) et de **boissons sucrées** (25%).

Seulement **9% des établissements du second degré** de l'Académie de Bordeaux ayant répondu à l'enquête déclaraient **disposer d'un point d'eau (fontaine et/ou robinet) accessible aux élèves** tout au long de la journée, en dehors du restaurant scolaire ou des toilettes. Or, **la plupart des élèves étanchent leur soif en utilisant les sources d'eau disponibles dans leur établissement, cantine ou toilettes**.

De ce fait, dans le cadre du volet « Offre alimentaire » du programme régional, des recommandations ont été élaborées en 2005-2006 concernant **l'accès à l'eau de boisson** dans les Etablissements Publics Locaux d'Education (EPLÉ) et **la vente d'aliments dans les foyers des élèves** (horaire, types d'aliments...), sur la base des recommandations du PNNS et de la loi relative à la politique de santé publique (Août 2005). Ces recommandations ont été adressées le **8 septembre 2005** par le Recteur de l'Académie de Bordeaux aux chefs d'établissements des collèges et lycées de la région Aquitaine :

« Ce programme prévoit de mettre en place des actions visant à améliorer l'offre alimentaire des produits vendus dans les EPLÉ et en particulier dans le cadre des foyers des élèves. Ainsi vous voudrez bien veiller à :

- favoriser la consommation de fruits
- privilégier l'eau, les purs jus de fruits, le lait ou les produits laitiers demi écrémés, le pain, les céréales non sucrées,
- limiter la disponibilité des produits à forte densité énergétique riches en sucre et matières grasses (biscuits, barres chocolatées, viennoiseries, confiseries, sodas et autres boissons sucrées,...) ».

C'est donc dans ce cadre qu'il est apparu souhaitable de mettre en place des **actions visant à améliorer l'offre alimentaire des produits vendus** dans les (EPLÉ) et en particulier dans le cadre des foyers des élèves.

C'est ainsi que le projet « Amélioration de l'offre alimentaire (hors restauration scolaire) dans des collèges et lycées d'Aquitaine » a été initié au cours de l'année scolaire 2007-2008.

B. Objectif du projet

Ce projet a pour objectif général d'améliorer la consommation alimentaire des élèves du second degré (hors restauration scolaire) dans le sens des objectifs du PNNS en associant des actions sur l'offre alimentaire et un accompagnement pédagogique :

- Mettre en place des actions visant à **améliorer l'offre alimentaire et la composition des aliments et boissons vendus** dans les foyers des élèves (ou maison des lycéens) de manière à favoriser la consommation de fruits, petits pains et eau.
- **Associer un accompagnement pédagogique** en proposant une action coordonnée sur l'adolescent et son entourage médical, éducatif et parental dans une démarche participative de promotion et d'éducation à la santé.

C. Méthodologie d'intervention

La mise en place de ce projet a été prévue sur 3 ans :

- en 2007-2008 : mise en place du projet dans une dizaine d'établissements sélectionnés sur toute la région, dits établissements pilotes,
- en 2008-2009 : mise en place du projet dans 10 autres établissements du second degré d'Aquitaine, dits établissements témoins,
- en 2009-2010 : extension du projet à tous les établissements volontaires.

Lorsque l'enquête sociologique a débuté (décembre 2008), 26 établissements étaient inscrits dans le projet, dont 19 lycées (généraux, professionnels et agricoles) et 7 collèges dans tous les départements de la région.

Un comité de pilotage interne a été créé dans chaque établissement de façon à décider des modalités de mise en place du projet. Ce comité comprenait généralement le chef d'établissement, l'infirmière scolaire, le gestionnaire ou intendant et des enseignants.

La mise en œuvre de ce projet comportait 2 étapes :

- Mise en place des actions sur l'amélioration de l'offre alimentaire vendue au foyer des élèves en facilitant un approvisionnement de fruits et de pain de bonne qualité au sein des établissements scolaires, en lien avec les filières fruit et boulangerie.
- Mise en place des actions d'accompagnement pédagogique de manière à orienter le choix des élèves vers les fruits et les aliments et boissons recommandés par le PNNS.

De manière générale, les **modalités des actions ont été adaptées aux attentes de chacun des établissements** et ont été décidées en lien avec le comité de pilotage interne de chaque établissement.

Les actions d'accompagnement pédagogique ont été effectuées en partenariat avec le réseau des CODES/CRAES (Comités Régional et départementaux Aquitain d'Education à la Santé), la Mutualité française et la Ligue contre le cancer. Elles s'appuient sur une méthode « **d'éducation par les pairs** » : mobilisation et sensibilisation d'un groupe d'élèves volontaires sur les **recommandations nutritionnelles** du PNNS afin qu'ils diffusent les messages et **expliquent le changement d'offre alimentaire** à l'ensemble des élèves de l'établissement.

D. Evaluation du projet : deux types d'enquête

Ce projet étant un projet de recherche-action, une évaluation a donc été prévue, basée sur deux méthodologies complémentaires : une enquête quantitative « Avant/Après » la mise en place du projet et une enquête sociologique qualitative.

L'enquête « Avant/Après » a été menée par questionnaire au cours des années scolaires 2007-08 et 2008-2009. Ses objectifs principaux étaient :

- de décrire les habitudes alimentaires, au sein de l'établissement et de manière générale, des adolescents scolarisés dans les établissements impliqués dans le projet, ,
- de déterminer si leur comportement est cohérent avec leurs connaissances en nutrition (notamment leurs connaissances des recommandations nutritionnelles du PNNS).

Le questionnaire, rempli par les élèves scolarisés dans les établissements pilotes et témoins, recense des informations :

- sur les pratiques des adolescents en termes de consommation alimentaire au petit déjeuner, au goûter et hors repas (grignotage, en-cas à 10h),
- sur les habitudes de vie (fréquentation de la cantine et des commerces extérieurs),
- sur l'application ou non des repères de consommation du PNNS dans leur alimentation,
- sur le niveau de sédentarité et de pratique d'activités physiques (fréquentation d'un club sportif, temps passé devant un écran...),
- leurs connaissances en termes de nutrition et des repères de consommation (PNNS),
- leurs propositions pour améliorer le comportement nutritionnel des jeunes (alimentation et activité physique).

Pour compléter cette enquête quantitative, une recherche qualitative basée sur les méthodes des sciences humaines a été mise en place et fait l'objet de ce rapport.

II. Objectifs de l'enquête sociologique

L'objectif de cette enquête sociologique était de :

- connaître l'opinion des élèves sur le changement de l'offre alimentaire, c'est-à-dire « mesurer » leur degré de satisfaction face à la nouvelle offre proposée au foyer des élèves,
- connaître leur opinion sur les actions pédagogiques menées dans le cadre du projet,
- savoir si le projet a entraîné chez eux une réflexion sur leurs pratiques alimentaires, voire un changement (aussi bien dans le cadre des prises alimentaires au foyer qu'en dehors),
- déterminer les éléments moteurs et les freins à leur adhésion au projet,
- apporter des pistes de réflexion pour les acteurs de santé publique et pour les membres des équipes éducatives qui souhaitent pérenniser le projet et mener plus largement des actions sur le thème de la nutrition auprès des adolescents.

Afin de répondre à tous ces objectifs, l'offre alimentaire présente dans chaque établissement ainsi que les actions menées ont été décrites (Tableau 5 & Tableau 6). Le protocole utilisé a été basé sur des méthodes d'enquête qualitative.

III. Méthodologie de l'enquête sociologique

La méthodologie d'enquête qualitative employée s'appuie sur les sciences humaines, permettant ainsi de se situer au cœur de l'action et de donner la parole aux adolescents. Trois techniques des sciences humaines ont été utilisées :

- l'observation,
- l'entretien individuel,
- l'entretien collectif.

Il a été établi que deux sociologues interviendraient au minimum 6 mois après l'instauration de la nouvelle offre alimentaire au foyer des élèves, délai nécessaire pour apprécier l'impact du projet, et ce, dans tous les établissements impliqués dans le projet.

Le critère « pilotes » et « témoins » n'a pas été retenu pour cette enquête qualitative.

A. L'observation

La technique de l'observation permet de se situer au plus près du vécu des acteurs en situation. Ainsi, son objectif était d'assister à la vente d'aliments, afin d'appréhender sa dynamique globale et d'accéder aux pratiques d'achat et de consommation des adolescents.

Une grille d'observation comportant les thèmes suivants a été élaborée (Annexe 1) :

- description des aliments proposés et modalités de mise en place du projet dans les établissements (offre, actions pédagogiques),
- pratiques d'achat et de consommation des élèves,
- interactions entre « acheteurs » et « vendeurs »,
- « ambiance » du foyer des élèves.

Afin de recueillir le plus d'éléments possibles, deux observations par établissement ont été initialement prévues.

B. L'entretien collectif

L'entretien collectif permet aux acteurs de s'exprimer. Son objectif était de donner la parole aux jeunes sur leurs pratiques alimentaires et sur leurs représentations vis-à-vis du projet mis en place dans leur établissement. Pour cela des groupes de 8 à 10 adolescents avaient été initialement créés dans chaque établissement.

Des critères de « sélection » des élèves ont été définis pour créer ces groupes :

- le niveau/classe : dans le but d'une coordination avec l'enquête quantitative et pour atteindre des élèves qui ont connu le changement de l'offre. Le niveau de 4^{ème} pour les collèges et celui de 1^{ère}, BEP 2 et Bac pro 2 ont été retenus.
- le sexe : dans le but de créer le débat et d'essayer de percevoir des différences d'attitudes et de perceptions selon le sexe, un partage égal entre filles et garçons a été décidé.

Un guide d'entretien a été élaboré (Annexe 2), accompagné d'un support visuel (Annexe 3). Le guide d'entretien comportait les thèmes suivants :

- accueil du projet et opinion sur les différents intervenants. Par « différents intervenants », il faut entendre les membres de l'équipe éducative qui ont participé au projet, les éventuels intervenants extérieurs et les élèves impliqués dans le projet,
- opinion sur l'offre et impact sur les comportements alimentaires,
- sens donné au projet,
- relation santé/alimentation/activité physique.

Le support visuel qui se présentait sous la forme d'un diaporama, avait pour objectif d'alimenter la discussion dans le cadre du second thème « opinion sur l'offre et impact sur les comportements alimentaires ».

Un entretien collectif par établissement scolaire a été envisagé. Les entretiens collectifs ont été enregistrés à l'aide d'un dictaphone (l'anonymat des élèves a été totalement respecté) puis retranscrits et une analyse thématique a été effectuée.

C. L'entretien individuel

Un des objectifs de cette enquête étant de comprendre comment mener des actions efficaces auprès des adolescents, il est donc apparu pertinent de s'entretenir avec les adolescents qui ont choisi de s'impliquer dans la mise en place des actions (vente et/ou accompagnement pédagogique) et qui ont diffusé les messages à leurs camarades. L'égalité répartition entre filles et garçons a également été prise en compte pour les entretiens individuels.

Un guide d'entretien (Annexe 4) a été élaboré afin de discuter avec ces adolescents. Il comportait les thèmes suivants :

- accueil du projet et motivations pour s'impliquer,
- rôle / actions dans le projet,
- manières de « jouer son rôle » auprès des autres, élèves et adultes,
- impact sur les comportements alimentaires, personnels et « observés »,
- opinion sur le projet et sur l'implication.

Au minimum 4 entretiens individuels par établissement ont été prévus. Les entretiens individuels ont également été enregistrés à l'aide d'un dictaphone (l'anonymat des élèves a aussi été respecté dans ce cadre là), puis retranscrits et une analyse thématique a été effectuée.

D. Autorisation et confidentialité

Avant la réalisation de cette enquête sociologique, des autorisations ont été préalablement demandées au Rectorat de l'Académie de Bordeaux et aux Inspections académiques de chaque département afin de nous autoriser à entrer dans les établissements scolaires et à interroger individuellement ou collectivement des élèves.

Les parents des élèves ont été informés de cette recherche par une note d'information sur laquelle ils ont pu préciser s'ils donnaient leur consentement pour que leur enfant participe à cette recherche. Seuls les élèves dont les parents ont donné leur consentement par écrit pouvaient participer aux discussions individuelles et collectives.

Résultats

La recherche de terrain s'est déroulée de décembre 2008 à juin 2009. L'ensemble des résultats est présenté ci-dessous.

Cette partie se compose de 4 sous-parties :

1. La présentation de l'échantillon concerné par l'enquête sociologique

Puis les résultats de l'analyse des observations et des entretiens menés avec les élèves ont été découpés en 3 sous-parties concernant:

2. La modification de l'offre alimentaire,

3. L'accompagnement pédagogique proposé aux élèves

4. Impact du projet

En plus des données spécifiques à l'évaluation du projet « Amélioration de l'offre alimentaire (hors restauration scolaire) dans les collèges et lycées d'Aquitaine », les entretiens et observations menés ont permis de comprendre que ce projet touche une prise alimentaire particulière (en-cas), qui se situe au milieu d'autres contextes et situations que les élèves vivent au quotidien. Ces éléments seront exposés dans un rapport annexe intitulé « CONTEXTES ET SITUATIONS INFLUENÇANT LE COMPORTEMENT ALIMENTAIRE DES ADOLESCENTS ».

I. Présentation de l'échantillon concerné par l'enquête sociologique

Ce chapitre présente les établissements concernés par l'enquête, le nombre d'observations, d'entretiens collectifs et individuels réalisés, ainsi que les contraintes qui ont mené à une adaptation du protocole.

Le travail de terrain a été réalisé par deux sociologues : Melle Marie Lamaison et M Mathieu Duboys Delabarre. La restitution et l'analyse des données ont été effectuées par Melle Marie Lamaison.

A. *Etablissements concernés*

Dans une enquête qualitative, un échantillon n'a pas pour vocation d'être représentatif de l'ensemble de la population étudiée, à la différence de l'échantillon d'une enquête quantitative. Comme prévu initialement et du fait de contraintes matérielles et temporelles, l'enquête sociologique a concerné un sous-échantillon de 14 établissements sur les 26 établissements impliqués dans le projet « Amélioration de l'offre alimentaire ». L'enquête sociologique a donc été menée dans 5 collèges et 9 lycées (Tableau 1):

Tableau 1 : Collèges et lycées ciblés par l'enquête sociologique en 2008-09.

| Département | Collèges | Lycées |
|----------------------------------|----------------------------------|---|
| Gironde (33) | Collège Albert Camus Eysines | Lycée professionnel Toulouse Lautrec Bordeaux |
| | Collège Henri de Navarre Coutras | Lycée technique Blanquefort |
| | | Lycée général Jaufré Rudel Blaye |
| | | Lycée professionnel de l'Estuaire Blaye |
| | | Lycée technique Brémontier Bordeaux |
| Landes (40) | | Lycée professionnel Ambroise Croizat Tarnos |
| Dordogne (24) | Collège Jacques Prévert Bergerac | |
| | Collège Pierre Fanlac Belvès | |
| Lot-et-Garonne (47) | Collège Dangla Agen | Lycée agricole de Fazanis Tonneins |
| Pyrénées Atlantiques (64) | | Lycée polyvalent du Pays de Soule Chéraute |
| | | Lycée professionnel Haure-Placé Coarraze |

***NB** : Concernant le lycée Brémontier à Bordeaux, le projet débutait à peine dans cet établissement. Cependant, du fait de sa proximité et ceci afin d'enrichir notre travail, nous avons choisi d'y intervenir (observation, entretiens individuels et collectifs) bien que le délai des 6 mois n'y soit pas établi.*

B. Observations

Le **Tableau 2** présente le nombre d'observations menées dans les établissements impliqués. Dans la majorité des cas, la vente s'effectuait le matin, mais pour certains établissements nous avons pu également effectuer quelques observations lors des ventes de l'après-midi.

Tableau 2 : Nombre d'observations menées dans chaque établissement ciblé par l'enquête sociologique.

| Département | Etablissement | Observations |
|-------------|---|--------------------------------------|
| 33 | Collège Albert Camus Eysines | 2 (matin) |
| | Collège Henri de Navarre Coutras | 0 |
| | Lycée professionnel Toulouse Lautrec Bordeaux | 6 (matin) |
| | Lycée technique Blanquefort | 2 (matin) |
| | Lycée général Jaufré Rudel Blaye | 2 (matin) |
| | Lycée professionnel de l'Estuaire Blaye | 2 (matin) |
| | Lycée technique Brémontier Bordeaux | 4 (matin et après-midi) |
| 40 | Lycée professionnel Ambroise Croizat Tarnos | 0 |
| 24 | Collège Jacques Prévert Bergerac | 2 (matin) |
| | Collège Pierre Fanlac Belvès | 1 (matin) |
| 47 | Collège Dangla Agen | 0 |
| | Lycée agricole de Fazanis Tonneins | 3 (matin et après-midi) |
| 64 | Lycée polyvalent du Pays de Soule Chéraute | 3 (matin, midi et après-midi) |
| | Lycée professionnel Haure-Placé Coarraze | 1 (matin) |

Le nombre d'observations diffère selon les établissements. Ceci s'explique par plusieurs raisons :

- Proximité ou non de l'établissement avec l'ISPED, facilitant ou non les déplacements,
- Arrêt des ventes au foyer des élèves lié à la fin de l'année scolaire (collège Dangla et collège Henri de Navarre)
- Entretiens individuels avec les élèves de l'établissement non terminés lors de la récréation/vente d'aliments (Lycée de Tarnos) (*NB : les établissements scolaires fixaient les horaires des entretiens en fonction de l'emploi du temps des élèves ; Nous avons privilégié ces entretiens à l'observation.*).

C. Entretiens collectifs

Du fait de la difficulté de combiner les emplois du temps, 11 entretiens collectifs ont été réalisés sur les 14 établissements concernés par l'enquête : 4 dans des collèges et 7 dans des lycées. Le

Tableau 3 montre leur répartition dans les différents établissements.

Tableau 3 : Répartition des 11 entretiens collectifs menés dans les établissements ciblés par l'enquête sociologique

| Département | Etablissements | Entretien collectif |
|-------------|---|---------------------|
| 33 | Collège Albert Camus Eysines | Réalisé |
| | Collège Henri de Navarre Coutras | - |
| | Lycée professionnel Toulouse Lautrec Bordeaux | Réalisé |
| | Lycée technique Blanquefort | - |
| | Lycée général Jaufré Rudel Blaye | Réalisé |
| | Lycée professionnel de l'Estuaire Blaye | Réalisé |
| | Lycée technique Brémontier Bordeaux | - |
| 40 | Lycée professionnel Ambroise Croizat Tarnos | Réalisé |
| 24 | Collège Jacques Prévert Bergerac | Réalisé |
| | Collège Pierre Fanlac Belvès | Réalisé |
| 47 | Collège Dangla Agen | Réalisé |
| | Lycée agricole de Fazanis Tonneins | Réalisé |
| 64 | Lycée polyvalent du Pays de Soule Chéraute | Réalisé |
| | Lycée professionnel Haure-Placé Coarraze | Réalisé |

Il est important de préciser que :

- concernant le critère du niveau des élèves (classe) : pour les entretiens réalisés dans les collèges, le niveau 4^{ème} a bien été respecté. Pour les entretiens réalisés dans les lycées, les niveaux 1^{ère}, BEP 2 et Bac pro 2 n'ont pas pu être respectés pour chaque entretien, ceci en raison de l'emploi du temps des élèves et donc de leur disponibilité.
- concernant le critère du sexe : au total, 80 élèves ont été concernés par les entretiens collectifs, dont 41 filles et 39 garçons. La répartition garçons/filles a donc bien été respectée.

Les entretiens collectifs ont duré entre 1h et 2h selon les établissements.

D. Entretiens individuels

Comme cela a été dit plus haut, les entretiens individuels concernaient initialement les élèves impliqués dans la mise en place du projet. Or, dans certains établissements (notamment des collèges) aucun élève n'a été impliqué, nous avons donc choisi de « remplacer » ces élèves par d'autres élèves, afin d'enrichir notre travail. Parmi les 45 élèves interrogés individuellement, trois « catégories » d'élèves se dégagent (Tableau 4):

- Des élèves qui ont participé à la vente et/ou à l'accompagnement pédagogique : 20 élèves, dont 16 filles et 4 garçons,
- Des élèves déjà impliqués dans la vente avant la mise en place du projet, 9 élèves dont 6 filles et 3 garçons,
- Des élèves n'ayant été impliqués ni dans la vente ni dans l'accompagnement pédagogique (ces entretiens ont pour vocation d'enrichir les données des entretiens collectifs) : 16 élèves dont 10 filles et 6 garçons.

Tableau 4 : Nombre d'élèves ciblés par les entretiens individuels

| Département | Etablissements | Entretiens individuels |
|--------------------|---|--|
| 33 | Collège Albert Camus Eysines | 4 élèves non impliqués |
| | Collège Henri de Navarre Coutras | 4 élèves impliqués dans le projet |
| | Lycée professionnel Toulouse Lautrec Bordeaux | 4 élèves impliqués dans le projet |
| | Lycée technique Blanquefort | 4 élèves déjà impliqués dans la vente |
| | Lycée général Jaufré Rudel Blaye | 4 élèves déjà impliqués dans la vente |
| | Lycée professionnel de l'Estuaire Blaye | |
| | Lycée technique Brémontier Bordeaux | 2 élèves impliqués dans le projet |
| 40 | Lycée professionnel Ambroise Croizat Tarnos | 1 élève non impliqué + 1 élève impliquée dans le projet |
| 24 | Collège Jacques Prévert Bergerac | 4 élèves non impliqués |
| | Collège Pierre Fanlac Belvès | 4 élèves non impliqués |
| 47 | Collège Dangla Agen | 3 élèves impliqués dans le projet |
| | Lycée agricole de Fazanis Tonneins | 2 élèves impliqués dans le projet + 1 élève déjà impliqué dans la vente |
| 64 | Lycée polyvalent du Pays de Soule Chéraute | 3 élèves non impliqués |
| | Lycée professionnel Haure-Placé Coarraze | 4 élèves impliqués dans le projet |

Les entretiens individuels ont duré entre 30 min et 1h10.

II. La modification de l'offre alimentaire dans les établissements scolaires (année scolaire 2008-2009)

A. Un contexte marchand

Le projet « *Amélioration de l'offre alimentaire (hors restauration scolaire) dans des collèges et lycées d'Aquitaine* » décrit dans la partie I, a pour vocation de modifier l'offre alimentaire proposée aux élèves en dehors du restaurant scolaire et plus particulièrement au sein du foyer des élèves.

Il est important de préciser que, au sein des établissements du second degré, la vente de produits alimentaires lors des pauses représente un enjeu financier. En effet, dans bien des cas, la vente d'aliments et/ou de boissons a pour but d'aider à financer des voyages, des sorties, l'UNSS (Union Nationale du Sport Scolaire organisant des rencontres sportives), les activités proposées au foyer des élèves, etc.

Sur les 14 établissements dans lesquels nous nous sommes rendus, la vente d'aliments était implantée dans le cadre d'un foyer dans 6 d'entre eux. Dans 4 établissements, la vente s'effectue globalement à la vie scolaire et dans 4 autres, dans des lieux « stratégiques », c'est-à-dire lieux de passage des élèves à la sortie des cours, afin d'en toucher le plus grand nombre et « d'écouler la marchandise ».

B. Description de l'offre alimentaire proposée dans les établissements

Le **Tableau 5** présente l'offre proposée aux élèves avant la mise en place du projet et au moment où l'enquête sociologique (année scolaire 2008-2009).

Suite à la mise en place du projet, les viennoiseries ont été le plus souvent remplacées par des petits pains (11 établissements sur les 14 dans lesquels l'enquête sociologique s'est déroulée) (Tableau 5). Les fruits ont rencontré moins de succès que les petits pains. Il est cependant important de spécifier qu'une partie non négligeable des établissements proposaient déjà des fruits gratuitement aux élèves : soit dans le cadre du restaurant scolaire (fruit pris le matin ou le midi à consommer plus tard) ou dans le cadre de la distribution gratuite à 16h30 pour les élèves internes.

Tableau 5 : Description des modalités de vente au foyer des élèves avant et après la mise en place du projet de modification de l'offre alimentaire menée en 2008-09.

| Etablissement | Lieu de vente | Elèves impliqués | Offre avant projet | Offre proposée suite au projet | Prix (€) |
|----------------------------------|--|------------------|--|--|-----------------|
| GIRONDE | | | | | |
| LP Toulouse Lautrec Bordeaux | Hall du lycée | Oui | Aucune mais sortie des élèves dans commerces extérieurs : achat de produits gras et sucrés | Petits pains aux pépites de chocolat | 50 cts |
| LT Blanquefort | foyer des élèves | Oui | Boissons chaudes | Boissons chaudes (café, cappuccino, chocolat) | De 10 et 20 cts |
| | | | Sodas | Sodas et jus de fruits | 70 cts |
| | | | Sirops | Sirops | 10 cts |
| | | | Biscuits, gâteaux | Biscuits, gâteaux | 20 cts |
| | | | Barres chocolatées | Chocolat en barre (vendu avec petit pain nature) | 10 cts |
| | | | Viennoiseries | Petits pains (au moins deux ou trois sortes par semaine : nature, céréales) | 40 cts |
| | Confiture (nouveau et restes d'une soirée d'internes avant les vacances scolaires) | 10 cts | | | |
| LG Jauféré Rudel Blaye | foyer des élèves | Oui | Viennoiseries | Petits pains nature ou aux céréales (changent au moins une fois dans la semaine) | 30 cts |
| | | | | Chocolat en barre (vendu avec petit pain nature) | 10 cts |
| | | | | Café | ? |
| LP de l'Estuaire Blaye | forum du lycée (hall) | Non | Viennoiseries | Petits pains nature ou céréales ou maïs (changent tous les jours) | 15 cts |
| | | | | Chocolat en barre (1 seule par personne et à condition d'avoir acheté un petit pain) | 10 cts |
| LT Brémontier Bordeaux | un couloir (projet débutant) | Oui | Aucune mais sortie des élèves dans commerces extérieurs : achat de produits gras et sucrés | Petits pains avec barres de chocolat ou fruits secs (figue/abricot) | 50 cts |
| | | | | Jus de fruits, orange ou pomme | 50 cts |
| | | | | Possibilité de pack pain/jus de fruits | 90 cts |
| Collège Albert Camus Eysines | foyer des élèves | Oui | Viennoiseries | Petits pains aux pépites de chocolat, ou aux fruits secs (abricots) | 50 cts |
| Collège Henri de Navarre Coutras | foyer des élèves | Non | Viennoiseries | Lundi et jeudi : petits pains naturels, aux figes, pépites de chocolat selon les semaines | ? |
| | | | | Mardi : viennoiserie | ? |
| | | | | Vendredi : fruits | ? |
| LANDES | | | | | |
| LP Ambroise | foyer des | Non | Viennoiseries | Petits pains aux pépites de chocolat ou aux fruits secs | 50 cts |

| | | | | | |
|---|---------------------|-----|----------------------------------|--|---------------------|
| Croizat Tarnos | élèves | | | Lait aromatisé | ? |
| LOT-et-GARONNE | | | | | |
| LA de Fazanis Tonneins | foyer des élèves | Oui | Lait vanille/fraise | Lait vanille/fraise et chocolaté | 50 cts |
| | | | Sodas | Jus de fruits variés (bio ou non), bouteille d'eau | 80 cts/40cts |
| | | | Thé | Thé | 30 cts |
| | | | Viennoiseries | Petits pains aux pépites de chocolat | 40 cts |
| | | | Barres chocolatées | Barres de céréales | 40 cts |
| | | | | Poche individuelle de céréales | 40 cts |
| | | | | Fruits (pas tous les jours) | Gratuit |
| | Fruits secs | ? | | | |
| Collège Dangla Agen | Foyer des élèves | Non | Viennoiseries | Petits pains aux pépites de chocolat | 50 cts |
| PYRENEES ATLANTIQUES | | | | | |
| Lycée polyvalent du Pays de Soule Chéraute | vie scolaire | Oui | Barres chocolatées | Barres chocolatées | De 25 et 70 cts |
| | | | Boissons chaudes | Boissons chaudes (café, chocolat au lait, cappuccino) | 30 cts |
| | | | Sodas | Boissons fraîches (sodas et jus de fruit) | 80 cts |
| | | | Viennoiseries | Petits pains variés | 50 cts |
| LP Haure-Placé Coarraze | foyer des élèves | Oui | Boissons chaudes | Boissons chaudes (café, cappuccino, chocolat au lait) | 50 cts |
| | | | Viennoiseries | Petits pains aux pépites de chocolat, au muesli ou fruits secs | 50 cts |
| | | | Sodas | Boissons fraîches : Perrier, eaux aromatisées | ? |
| | | | | Glaces : « colosses » et cônes de différentes saveurs (ponctuellement) | De 50 et 70 cts |
| DORDOGNE | | | | | |
| Collège Jacques Prévert Bergerac | le préau | Non | Viennoiseries | Petits pains aux pépites de chocolat | 50 cts |
| | | | Barres chocolatées et gâteaux | Barres de céréales | ? |
| | | | Sodas | Jus de fruits | ? |
| Collège Pierre Fanlac Belvès | vie scolaire | Non | Viennoiseries | Gaufres, gâteaux au chocolat (ponctuellement) | 50 cts |
| | | | Barres chocolatées | Barres de céréales | 50 cts |
| | | | | Fruits | 30 cts |

« ? » Produits pour lesquels nous n'avons pas pu relever le prix

C. Pratiques d'achat et de consommation des élèves

Lors de la récréation de 10h, nous avons pu constater que, dans la majorité des établissements, dès que la sonnerie retentit, bon nombre d'élèves viennent s'acheter à manger.

1) Fréquence d'achat d'aliments

Lorsque l'on demande aux élèves s'ils achètent des produits lors de la récréation et en particulier des petits pains, ils répondent majoritairement « de temps en temps ». Rares sont les élèves interrogés en entretien collectif ou individuel qui nous ont dit en acheter et consommer tous les jours. Les élèves disant en acheter « peu souvent » ou « jamais » sont plus nombreux.

Cela ne veut pas dire pour autant qu'il n'y ait pas d'« habitués » : en effet, les observations et entretiens avec les élèves impliqués dans la vente nous ont montré que certains élèves étaient effectivement des acheteurs et consommateurs réguliers.

A noter que selon les établissements, peu ou pas de membres de l'équipe éducative viennent acheter des produits proposés à la vente.

2) Raisons justifiant l'achat d'aliments durant les pauses

De manière générale, la raison avancée justifiant l'achat d'aliments est la faim, que les élèves aient déjeuné ou non le matin. Pour certains, la raison associée est la gourmandise (notamment pour les petits pains aux pépites de chocolat). Enfin, les collégiens évoquent aussi le fait d'acheter seulement quand ils ont de l'argent.

Certains élèves participant à la vente disent consommer des aliments (notamment des petits pains) car ces derniers leur sont donnés en guise de « récompense » pour leur participation.

D'autre part, nous avons pu constater que certains élèves s'achetaient plusieurs petits pains. Selon leurs discours, ceci peut être interprété majoritairement comme un besoin de se sentir rassasié, un seul petit pain ne suffisant pas pour satisfaire les besoins nutritionnels de certains adolescents.

3) Un comportement de partage

Une autre raison expliquant le fait que certains élèves achètent plusieurs petits pains est la volonté de partage. En effet, de nombreux comportements de partage de la nourriture ont été observés entre les élèves. Un élève peut acheter plusieurs petits pains pour son groupe de camarades ou partager son propre petit pain.

4) Les lycéens plus consommateurs que les collégiens

Lors des observations, nous avons pu constater une différence entre les pratiques d'achat des collégiens et celles des lycéens. Les observations nous ont permis de nous rendre compte que les collégiens, lorsqu'ils n'achètent pas les produits de l'offre améliorée à la récréation de 10h, ne consommaient pas ou rarement des aliments peu recommandés pour la santé (observations confirmées lors de nos entretiens avec les collégiens).

En revanche, les lycéens sont plus nombreux à déclarer consommer des produits peu recommandés, gras et sucrés mais aussi salés (dires confirmés aussi bien par les observations que par les entretiens). La différence de fréquence d'achat et de consommation entre collégiens et lycéens peut notamment s'expliquer par le fait que les lycéens peuvent sortir lors des pauses et ont le temps de « se ravitailler » dans les commerces à l'extérieur de l'établissement (viennoiseries, gâteaux, sandwichs, boissons sucrées...).

5) Influence du contexte marchand lié à la vente

Les élèves sont tout à fait conscients des enjeux liés à la vente d'aliments et boissons pour financer des activités (voyages, sorties, etc.) (cf. partie II.A). De plus, les élèves deviennent, dans ce contexte, des acheteurs et des consommateurs qui ont une exigence sur le rapport qualité/prix et des attentes et représentations envers les produits. Les personnes qui vendent, quand à elles, qu'il s'agisse de membres de l'équipe éducative et/ou d'élèves, endossent le rôle de vendeurs. Nous sommes donc tout à fait dans un contexte marchand, ou encore une fois, il

s'agit de vendre, d'écouler la marchandise, tout en prodiguant un message à caractère sanitaire. Ceci n'est pas chose évidente.

Ainsi, nous avons pu constater dans un lycée, une incitation à acheter plusieurs petits pains, et dans un autre des gestes « commerciaux » de la part d'élèves impliqués dans la vente : « **Q : et la barre de chocolat on peut l'acheter toute seule (des petites barres de chocolat sont vendues pour accompagner les petits pains) ?**, F : oui 10 centimes. Souvent on la donne s'ils achètent déjà un petit pain, y'en a des fois ils achètent un petit pain et puis 4 barres, on leur en donne en plus histoire qu'ils reviennent et qu'ils trouvent ça sympa, **Q : c'est un petit peu commercial**, F : oui voilà, oui du coup y'en a qui reviennent parce qu'ils en ont eu 2 gratuites alors ils se disent..., **Q : ils prennent l'habitude après**, F : oui ».

On sent chez les élèves déjà impliqués dans la vente une volonté de vendre, « d'écouler la marchandise », qu'ils aient compris le sens du projet ou non.

D. Propositions et Suggestions de produits à mettre en vente par les élèves

Nous avons souhaité savoir si les élèves désireraient avoir d'autres produits vendus lors des pauses. Or, comme dans toute recherche qualitative, il peut y avoir chez les personnes interrogées une différence entre le discours et les pratiques. Ce qui peut être le cas ici, dans la mesure où les élèves ont donc été amenés à s'exprimer sur quelque chose qu'ils ne vivent pas au quotidien mais qu'ils imagineraient ou souhaiteraient. Il est cependant intéressant de développer ce point car cela nous a permis de dégager des particularités, des attentes des élèves envers certains produits ou des freins à leur consommation.

1) Demande de boissons

Les boissons et, d'une manière très importante les jus de fruits reviennent souvent dans les discours des adolescents. Les jus de fruits sont parfois consommés en complément du petit pain pour certains élèves ; les produits proposés lors de la pause de 10h peuvent alors constituer un petit-déjeuner pour des élèves qui ne mangent pas le matin avant les cours. Il est intéressant de noter que la demande importante de jus de fruits correspond aux résultats de l'enquête quantitative (boissons désirées majoritairement par les élèves dans le cadre d'une vente au foyer).

Les boissons sucrées, notamment les sodas, sont proposées par quelques élèves, mais elles ne représentent qu'une minorité de réponses par rapport à la demande de jus de fruits.

Il est également intéressant de noter qu'une part non négligeable des élèves interrogés a demandé à avoir de l'eau à disposition, en dehors des toilettes.

Dans deux lycées, des élèves apprécieraient qu'on leur propose du lait.

Les boissons semblent jouer un rôle particulier auprès des élèves : en effet, nous avons pu remarquer dans les établissements qui proposent des boissons chaudes et/ou fraîches, que les élèves appréciaient de se retrouver autour pour discuter lors des pauses. Elles constituent des éléments de sociabilité, font partie de moments partagés par les élèves en dehors du cadre des cours. Mais ce sont également des produits rapides et faciles à consommer, éléments qui correspondent aux attentes des élèves, expliquant leur attrait pour les boissons.

2) Le cas des fruits

Les fruits font partie des propositions faites par les élèves. Cependant, certains ont avancé certains freins à leur achat et/ou à leur consommation :

- certains fruits ne sont pas pratiques (par exemple l'orange et ses épiluchures) et/ou rapides à manger (par exemple la pomme, selon eux),
- les déchets/épiluchures pourraient être jetés où par leurs camarades,
- certains n'ont pas l'habitude de consommer des fruits (habitude personnelle ou familiale) (frein plus rarement cité).

Enfin, les fruits peuvent, pour certains élèves, avoir une image plutôt négative, « vieux jeu ». Citons par exemple un extrait d'entretien effectué avec une lycéenne qui met en avant les représentations que les élèves peuvent avoir envers les aliments, et ici plus particulièrement envers les fruits : « *Après je pense qu'il y a les phénomènes de mode. C'est-à-dire qu'on se dit, enfin moi je me rappelle au collège les fruits ça faisait pas très bien de manger un fruit comme ça donc y'en a qui osaient pas en acheter. Donc je me dis que ça peut être pareil peut-être, quoiqu'au lycée y'a moins ce phénomène, mais on se dit, y'en a qui vont dire « un jus de fruits c'est ringard », alors que si on commence à en vendre et qu'il y en a qui en prennent, peut être qu'il y en a qui vont se dire pourquoi pas [...] c'est vrai que c'est étrange je sais pas, quand on est, peut être même avant l'adolescence, vraiment on a envie de copier les grands, on se dit ça le fait peut être pas de prendre, comme ça ça fait la personne peut être un peu trop sérieuse ou je sais pas, de manger un fruit ça fait attention, je fais attention à ma ligne, c'est peut être un peu ça..., **Q : c'est une image particulière du fruit...**, F : je pense hein, je pense qu'il y a beaucoup de ça. Même dans les établissements je pense qu'il y a beaucoup de ça oui ».*

Nous avons cependant pu mettre en avant, dans le discours des élèves, filles ou garçons, des arguments favorables à la vente de fruits :

- proposer des aliments sains dans le cadre d'une vente dans l'établissement scolaire (en cohérence, entre autre, avec le message « Manger 5 fruits et légumes par jour »),
- cela peut inciter des élèves qui n'ont pas l'habitude d'en manger dans d'autres contextes à les consommer à ce moment là,
- les fruits apportent de l'énergie, des vitamines,
- certains élèves pensent que ce serait bien pour les filles qui font attention à leur poids,
- varier l'offre, donner du choix aux élèves, pour que ceux qui le souhaitent mangent des fruits.

Mais, les élèves sont assez exigeants envers la qualité des fruits proposés et attendent de ces derniers :

- qu'ils soient frais, de saison et variés,
- qu'ils aient un aspect appétissant,
- qu'ils aient un bon goût,
- qu'ils ne soient pas trop mûrs,
- qu'ils soient peu onéreux, voire gratuits (pour certains élèves, payer un fruit est difficile dans la mesure où ils peuvent en avoir à la cantine ou chez eux sans se servir de leur argent de poche).

Certains élèves suggèrent d'en proposer plutôt lors des beaux jours plutôt qu'en hiver période à laquelle il semble plus difficile, pour eux, d'en manger.

Toutefois, si la vente de fruits n'a pas fonctionné dans certains établissements qui l'ont testée, des élèves nous ont dit regretter cette vente, et d'autres trouvent dommage qu'il n'y en ait plus à disposition.

Une alternative aux fruits peut être la vente de compotes. Lorsque l'on propose des compotes aux élèves, les réponses sont plutôt mitigées. Certains élèves ont un avis plutôt favorable du fait de la praticité du produit, mais aussi de l'envie d'en manger tout simplement. D'autres, moins favorables, évoquent le fait qu'ils peuvent en manger « gratuitement » à la cantine, et n'ont donc pas envie de retrouver les mêmes produits au foyer et d'avoir à les payer.

3) Qu'en est-il des produits moins recommandés ?

Il existe une demande de produits moins recommandés chez certains élèves. Les aliments qui reviennent le plus souvent sont les viennoiseries. Beaucoup estiment que, si ces dernières étaient remises à la vente, les élèves seraient plus nombreux à en acheter et à en consommer. Certains élèves déjà impliqués dans la vente avant le changement de l'offre, nous ont dit que des élèves leur faisaient part de demandes de produits moins recommandés, essentiellement quand l'offre nouvellement proposée ne les satisfait pas sur le plan du goût et de la satiété.

4) Une demande importante de variété

Il ressort d'une manière globale que les élèves semblent apprécier d'avoir le choix lors de la vente. Dans les établissements où un seul produit est vendu, certains élèves aimeraient qu'il y ait plus d'aliments et de boissons, afin de pouvoir choisir et aussi satisfaire le plus grand nombre d'élèves. Même dans certains établissements dans lesquels les élèves ont le choix, il ressort une volonté d'avoir des aliments et boissons variés, soit quotidiennement, soit dans la semaine, dans le mois ou dans l'année scolaire. Le besoin de variété traduit aussi le fait que certains peuvent se lasser d'avoir toujours les mêmes aliments proposés.

Certains élèves souhaiteraient également avoir une vente d'aliments et/ou de boissons l'après-midi. A noter que certains établissements remettent en vente l'après-midi des petits pains qui n'ont pas été vendus en matinée, mais aussi que certains offrent des goûters aux élèves internes.

E. Points de vue et adhésion des élèves au changement d'offre alimentaire

1) Un changement d'offre globalement accepté

D'une manière générale, il est difficile de toucher l'ensemble des élèves : certains acceptent le changement d'offre, d'autres s'habituent, d'autres non. Mais, il ressort que la majorité des élèves ne semblent pas être réticents au changement de l'offre alimentaire. Même si certains disent préférer les viennoiseries en termes de goût, on s'aperçoit que l'acceptation du changement et la prise d'habitude de consommer les nouveaux aliments s'opèrent, si ces derniers satisfont les élèves, en termes de rapport qualité/prix (cf. point 2 suivant).

L'analyse par établissement, détaillée en Annexe 5, montre plus précisément qu'une grande partie des élèves ont accepté ce changement.

En effet, une majorité des élèves juge le projet utile, et ce, pour plusieurs raisons:

- pour les élèves qui ont faim, le fait d'acheter et de consommer des aliments plus recommandés pour la santé est positif,
- certains ont une alimentation composée de beaucoup de produits moins recommandés et de grignotage, le projet pouvant ainsi améliorer leurs prises alimentaires,
- il est important de mener des actions de prévention envers les élèves, pour eux, mais aussi pour transmettre à leurs enfants plus tard : certains évoquent le fait qu'il faut agir aussi sur les plus jeunes.

2) Points facilitant l'adhésion des élèves

➤ *Des produits ayant un bon rapport qualité/prix*

Lors de la vente de produits alimentaires au moment des pauses, les élèves deviennent des consommateurs qui ont des attentes concernant un bon rapport qualité/prix des produits. Nous avons pu déterminer grâce aux entretiens individuels et collectifs ce que représente la notion de « qualité » pour les élèves.

Tout d'abord, la « qualité » est pour les élèves associée à la notion de plaisir : les élèves apprécient en effet les produits qui leur procurent cette sensation. Elle n'est cependant pas la seule composante de la décision d'achat et de consommation des produits.

En effet, ce qui est également très important pour les élèves est de se sentir rassasié, « calé » selon leurs dires, jusqu'à l'heure du déjeuner. Ceci est valable pour les élèves :

- qui disent prendre un petit-déjeuner le matin, soit pas assez complet par manque de temps, soit complet mais pris trop tôt en raison de la distance entre le domicile familial et l'établissement scolaire. Ces élèves ont ainsi faim dans la matinée.
- qui disent ne pas prendre de petit-déjeuner le matin, par manque de temps et/ou parce qu'ils n'ont pas faim.

De ce fait, les élèves, d'une manière globale, apprécient d'avoir une vente d'aliments dans leur établissement scolaire, pour parer à la sensation éventuelle de faim.

Le **prix** représente un point intéressant. En effet, il est une composante essentielle de la décision d'achat et de consommation, pour des collégiens et des lycéens qui ne disposent pas d'un pouvoir d'achat conséquent. Ceci est peut être plus marqué chez les collégiens. Nous nous sommes cependant aperçu que plus le produit provoque chez les élèves un sentiment de plaisir gustatif et de satiété, plus ils semblent prêts à dépenser de l'argent (pour ceux qui le peuvent bien évidemment).

D'une manière générale, les prix proposés satisfont les élèves. Cependant des petits pains à 50 cts peuvent être considérés comme chers dans certains établissements, et comme un bon prix dans d'autres.

La question du prix est importante sur un autre plan : être face à des produits qui ont un prix attractif permet de pouvoir en acheter à ses camarades, les comportements de partage étant très présents et importants d'une manière globale chez les élèves (cf partie II.C.3).

Ainsi, les petits pains aux pépites de chocolat proposés sont les produits qui rencontrent le plus de succès auprès des élèves. Le petit pain doit être suffisamment consistant, pas trop sec, contenir suffisamment de pépites de chocolat. Certains élèves mettent également en avant le fait qu'ils apprécient que les pains soient préparés en boulangerie et non d'une manière industrielle. On peut également penser que le fait qu'ils soient au chocolat rappelle aux élèves la chocolatine (viennoiserie au chocolat), ces derniers acceptant alors mieux le changement. Nous verrons en effet plus loin (cf. partie III.E.3.c) qu'un changement trop radical peut entraîner un problème d'adhésion au projet chez les élèves. Les petits pains aux fruits secs rencontrent moins de succès, les élèves concernés avançant le fait qu'ils n'aiment pas les fruits secs ou l'association pain/fruits secs. Dans certains établissements cependant, les élèves les apprécient, ainsi que les petits pains aux céréales, maïs, etc.

Malgré un apport calorique moindre et une teneur en fibres et sucres complexes plus élevée que les viennoiseries, les petits pains aux pépites de chocolat n'apparaissent pas pour une minorité d'élèves comme des produits nutritionnellement meilleurs pour la santé, à la différence des fruits par exemple.

A propos des fruits et en reprenant la question de la qualité chez les élèves, il ressort que la notion de plaisir est moins présente dans les discours, mais elle existe. De plus, pour une partie des élèves, les fruits ne procurent pas un effet de rassasiement.

➤ **De la variété et des produits faciles à consommer**

Les observations et entretiens menés ont fait ressortir que les élèves attendent des produits proposés au foyer qu'ils soient faciles et rapides à manger. En effet, même si le temps de récréation représente une pause, celle-ci n'est pas très longue. De plus les élèves n'ont parfois pas d'endroit où s'asseoir, et certains n'ont pas envie de « s'encombrer » avec des aliments.

De plus, on remarque que le lieu de vente peut avoir une influence sur l'organisation et la logistique de la vente. En effet, il ressort une différence entre une vente au foyer et une vente dans d'autres lieux de l'établissement. Dans les foyers, le point de vente reste stable et la présence de meubles et de réfrigérateurs permettent de conserver et de ranger facilement les produits. Cette organisation permet, d'une part de limiter le travail de préparation de la vente et d'autre part, de proposer une gamme de produits plus étendue aux élèves.

➤ **Des produits ayant une image de « non-contrainte/liberté »**

En discutant avec les élèves sur les produits vendus lors des pauses, il est apparu un autre élément intéressant chez certains d'entre eux. Cet élément est la volonté d'avoir lors des pauses dans le cadre d'une vente, des produits qu'ils ne trouvent pas essentiellement à la cantine scolaire (mais aussi pour certains chez eux). En effet, lorsque la vente est notamment implantée dans le cadre d'un foyer des élèves, il semblerait que les élèves attendent des produits la même chose que ce que représente pour eux le foyer et les pauses dans leur journée scolaire. Il s'agit

d'une image de « liberté », du moins un ressenti moins important des règles et contraintes qui régissent la vie d'un établissement et le comportement des élèves dans l'enceinte scolaire (et dont la cantine fait partie). Ceci est plus important quand un foyer est réellement implanté dans un établissement et qu'il constitue un vrai lieu de vie et de repos pour les élèves, plus important aussi dans les lycées, où les foyers sont des lieux investis, voire gérés par les élèves eux-mêmes ou en collaboration avec des adultes (ce qui n'était pas le cas dans les collèges de notre recherche, ni dans certains lycées où le foyer était notamment fermé pour cause de dégradations antérieures de la part de certains élèves ou car aucun adulte ne pouvait superviser son fonctionnement).

Prenons un extrait d'entretien avec une élève impliquée dans un foyer : « **Q : pour toi le foyer c'est vraiment quelque chose qui est à part, F : oui c'est à part et ça doit y rester. C'est un lieu, c'est en dehors du lycée, c'est dans le lycée mais en dehors du fait que c'est pas les mêmes activités qui sont proposées et puis on a quand même un peu plus de liberté et puis c'est aussi pour nous apprendre à prendre des responsabilités et nous gérer... ».**

Ainsi, les produits proposés lors des pauses doivent avoir pour les élèves une image de « liberté », d'une contrainte moins importante. Il est plaisant pour les élèves d'avoir lors de la vente des produits qu'ils ne trouvent pas ailleurs, qui sortent de leur ordinaire. Dans deux lycées, certains élèves ont du mal à concevoir d'avoir du pain lors des pauses alors qu'ils en ont à la cantine, pour une élève, le pain c'est « *trop banal, commun* ».

Ceci pourrait également expliquer le succès des petits pains au chocolat : le pain proposé est différent de celui de la cantine et le chocolat associé à la gourmandise.

3) Facteurs limitant l'adhésion au changement d'offre alimentaire

Bien que le changement d'offre soit globalement accepté (cf. partie II.E.1), les observations et les entretiens menés ont permis de faire ressortir des éléments limitant l'adhésion des élèves.

➤ *L'habitude de consommer des viennoiseries*

Il semble plus difficile d'accepter le changement pour des élèves qui avaient l'habitude de consommer régulièrement des viennoiseries, que pour des élèves qui n'ont donc pas connu l'offre antérieure.

➤ *Le foyer des élèves ; « un lieu sans contraintes »*

Il semblerait également que l'acceptation du changement d'offre soit plus difficile pour les élèves des établissements ayant les ventes implantées dans un foyer. En effet, comme nous l'avons mentionné dans la partie précédente (II.E.2.c), le foyer et les produits qui y sont proposés ont pour les élèves une image particulière de « liberté » : lieu de vie éloigné des contraintes de vie d'un établissement scolaire. Les élèves aimeraient donc être libres de pouvoir trouver des produits qui ne sont pas disponibles dans l'enceinte scolaire.

De plus, certains élèves acteurs du foyer avant la mise en place du projet, avaient eux-mêmes du mal à accepter le changement en raison de la baisse du volume des ventes, parfois accompagnée d'une baisse de fréquentation du foyer (notamment dans un lycée). On peut imaginer que cela peut aussi avoir une influence sur l'acceptation des élèves qui viennent acheter les produits.

➤ *Un changement d'offre trop radical*

Certains élèves préconisent de changer l'offre petit à petit et/ou d'ajouter des produits recommandés en plus de ce qui est déjà proposé, afin que les élèves acceptent mieux le changement. Il est nécessaire en effet que les élèves acceptent ce changement, y adhèrent. Lorsque le changement est radical, du jour au lendemain (comme cela a pu être le cas dans certains établissements), qu'il y ait eu une communication préalable ou non, on ressent des réticences de la part des élèves voire une incompréhension. Ceci peut alors entraîner chez eux un frein à l'écoute des objectifs du changement, du message que l'on souhaite leur faire passer.

Concernant les fruits, il est à noter que, d'une manière générale, même si les élèves sont favorables à une vente de fruits, ils ne préconisent pas de remplacer l'offre alimentaire uniquement par des fruits, qu'ils apprécient les fruits ou non.

➤ *Les pratiques des autres établissements scolaires*

Un autre élément est apparu dans le discours de certains élèves concernant l'adhésion de ces derniers au changement de l'offre. Cependant, il s'agit d'un élément que les établissements scolaires ne peuvent pas maîtriser : ces élèves ont en effet évoqué le cas de camarades scolarisés dans d'autres établissements et disposant de toute sorte de nourriture lors des pauses, dans le cadre du foyer. Les élèves nous ont parlé de sodas, gâteaux, viennoiseries, sandwiches, et ont ainsi du mal à comprendre à partir de ces « modèles », les raisons d'un tel projet dans leur propre établissement, le vivant alors comme une restriction imposée par le collège ou le lycée. Nous sommes ici face à un problème de cohérence que les établissements, encore une fois, ne peuvent pas maîtriser. Mais cela peut entraîner des difficultés pour les élèves à accepter un tel changement dans leur établissement scolaire.

Un point positif cependant, deux élèves nous ont aussi parlé de fruits vendus ou proposés gratuitement aux élèves dans d'autres établissements, ces derniers les consommant et les appréciant, aussi bien les garçons que les filles.

➤ *Pratiques des élèves impliqués*

Nous avons pu constater dans certains établissements que des élèves impliqués dans la vente consommaient des produits moins recommandés que des petits pains et/ou des fruits, parfois même quand ces derniers étaient proposés. Or les élèves impliqués dans la vente peuvent, eux aussi, représenter un « modèle » pour les autres : nous pouvons penser que cela peut inciter les élèves à acheter et consommer les produits consommés par les élèves vendeurs.

Il est intéressant de noter le cas d'un élève déjà impliqué dans la vente qui dit ne pas être d'accord avec le changement de l'offre, et qui pourtant dit délivrer aux « acheteurs » un message sanitaire : « ... j'ai essayé quand même d'être impartial, de dire y'a des avantages, c'est pour l'offre nutritionnelle, regardes, après tu vas prendre 300 kilos tu vas te plaindre, et en même temps je leur laissais comprendre que moi non plus j'étais pas trop d'accord de façon à ce qu'ils se calment, qu'ils comprennent à qui ils ont à faire [...] je leur donnais les avantages et les inconvénients. Quand je leur parlais je leur disais, écoutes, les fruits t'en manges combien par jour, généralement le type il me regarde il me dit : « bé je sais pas 2 maxi », je dis bé voilà normalement il t'en faut 5 par jour, t'es en train de briser un peu ton capital santé, tu vas avoir quelques problèmes plus tard, après je suis d'accord moi non plus j'aime pas trop les fruits, enfin j'aime ça mais pas quand on me les présente comme ça (d'une manière imposée pour lui) ».

➤ *La réticence des équipes éducatives*

Il est important de rajouter que dans certains établissements, bien qu'un comité de pilotage ait été créé afin d'organiser le projet, quelques membres de l'équipe éducative n'étaient pas d'accord avec le changement de l'offre (par peur de pertes financières notamment) : nous pouvons imaginer que cela peut jouer sur l'acceptation du changement par les élèves, s'ils perçoivent que des membres de l'équipe éducative eux-mêmes n'y adhèrent pas.

| |
|---|
| NB : Le point de vue des élèves selon les établissements scolaires est présenté en Annexe 5. |
|---|

III. Accompagnement pédagogique associé au changement de l'offre alimentaire (Année 2007-08 et 2008-09)

Rappelons que l'accompagnement pédagogique a pour but d'informer les élèves du changement d'offre alimentaire au foyer des élèves et de diffuser des messages d'éducation nutritionnelle, notamment les recommandations du PNNS. A noter que cet accompagnement a été réalisé en lien avec le comité de pilotage interne de chaque établissement (équipes éducatives, infirmières, chef d'établissement...), des élèves volontaires et des intervenants extérieurs, notamment les professionnels des réseaux des CRAES/CODES (Comité d'Education pour la Santé), de la Mutualité Française et de la Ligue contre le cancer.

Il est important de mentionner qu'il nous a été difficile de distinguer les actions propres à l'accompagnement pédagogique du projet et les actions d'éducation nutritionnelle menées chaque année dans les établissements. C'est pourquoi, ce chapitre traite autant de l'accompagnement pédagogique propre au projet d'amélioration de l'offre alimentaire, que des différentes actions menées sur le thème de la nutrition auprès des élèves.

Discuter avec les élèves nous a permis de repérer ce qu'ils apprécient dans la manière dont les actions sont menées et ce qu'ils apprécient moins, mais aussi les différents sous-thèmes qui pourraient les intéresser dans le champ de la nutrition.

A. Description de l'accompagnement pédagogique proposé dans les établissements

1) Description globale de l'accompagnement pédagogique

Nous rappelons que :

- les actions pédagogiques ont été menées de manière différente selon l'établissement considéré, afin de s'adapter au projet pédagogique et aux choix du comité de pilotage interne de chaque établissement.

- L'implication de pairs a été privilégiée pour diffuser l'information à l'ensemble des élèves de l'établissement.

Le détail des actions pédagogiques par établissement est mentionné dans le Tableau 6. Dans ce tableau, nous entendons par « élèves impliqués » les élèves qui ont travaillé sur la diffusion d'un message destiné aux autres élèves de l'établissement scolaire.

En outre, une analyse spécifique des motivations des pairs pour s'impliquer ainsi que des difficultés rencontrées est fournie en Annexe 6.

Tableau 6 : Descriptif de l'accompagnement pédagogique mené dans les établissements de l'échantillon en 2007-08 et 2008-09

| Etablissement | Descriptif de l'accompagnement pédagogique | Elèves concernés | Elèves impliqués | Structures associées |
|--|--|---|--|--|
| Lycée Toulouse Lautrec | Réalisation d'un petit-déjeuner équilibré, accompagné de conseils prodigués par des élèves. | Tous les élèves | Oui , 2 classes de CSS (Carrières Sanitaires et Sociales) | CRAES |
| | Création de sets de table pour le restaurant scolaire | Sets pas encore diffusés au moment de l'enquête | Oui , plusieurs classes Mode et CSS | CRAES |
| | Groupe de paroles sur le thème de la nutrition | Quelques élèves volontaires | Non | CRAES |
| Lycée de Blanquefort | Accompagnement aux courses pour le foyer des élèves, afin d'apprendre à lire les étiquettes sur les produits | Quelques élèves qui s'occupent du foyer | Non | Ligue contre le Cancer 33 |
| Lycée général de Blaye | Atelier de création de plateaux repas par les élèves, avec avis des diététiciennes | Elèves de terminale | Non | Diététiciennes hôpital de Blaye |
| Lycée professionnel de Blaye | Une diététicienne vient une fois par semaine proposer une consultation pour tout élève ayant des questionnements | Tout élève qui le souhaite | Non | Diététiciennes hôpital de Blaye |
| Lycée Brémontier | Réalisation d'un petit-déjeuner équilibré, accompagné de conseils prodigués par les élèves pour tous leurs camarades de 1 ^{ère} et sondage pour savoir quels aliments vendre et à quel prix lors de la pause de 10h | Tous les élèves de 1 ^{ère} | Oui , groupes d'élèves volontaires de 1 ^{ère} et 2 ^{ème} années BTS SP3S ¹ et groupe d'élèves d'ESF ² | CRAES |
| Lycée professionnel Tarnos | Séances d'informations sur l'alimentation (équilibre alimentaire, alimentation des sportifs) dans le cadre du PNNS | Une dizaine d'élèves internes | Non | CODES 40 |
| Lycée agricole Tonneins | Réalisation de diaporamas et d'affiches sur l'équilibre alimentaire et sur le changement de l'offre réalisés par des élèves, intervention d'une diététicienne dans toutes les classes | Tous les élèves | Oui , groupes d'élèves volontaires de terminale SMR ³ | CODES 47 |
| Lycée professionnel de Coarraze | Atelier sur la découverte ludique d'aliments (dégustations trompeuses, etc.) | Tous les élèves | Non | CODES 64 |
| | Séances d'informations sur la nutrition, préparation d'un atelier présenté par les élèves au festival des lycéens dans le cadre du PNNS (dégustations trompeuses, informations, etc.) et réalisation d'un repas bio pour tous les élèves (choix des aliments). | Oui , groupe d'élèves volontaires de terminale Ebénisterie et Tapisserie d'ameublement | Oui , groupe d'élèves volontaires de terminale Ebénisterie et Tapisserie d'ameublement | CODES 64 |
| Collège Eysines | Séances d'informations sur la nutrition | 6 élèves de 6 ^{ème} et 5 ^{ème} | Non | BIJ ⁴ Eysines et Ligue contre le Cancer |
| | Réalisation d'un film sur la nutrition | Tous les élèves | Oui , 6 élèves de 6 ^{ème} et 5 ^{ème} | BIJ Eysines et Ligue contre le Cancer 33 |

1. Services et Prestations des Secteur Sanitaire et Social 2. Services et Prestations des Secteur Sanitaire et Social 3. Services en Milieu Rural 4. Bureau Information Jeunesse

| | | | | |
|-------------------------|---|---|------------------------------------|---------------------------|
| Collège Coutras | Séances d'informations sur l'alimentation dans le cadre du club santé | Elèves du club santé | Non | CRAES |
| | Réalisation de supports avec des élèves présentés à l'anniversaire du collège | Toute personne présente à l'anniversaire du collège | Oui , élèves du club santé | CRAES |
| Collège Bergerac | Chaque année scolaire, réalisation d'un petit-déjeuner pour les élèves de 6 ^{ème} , visite des cuisines et réalisation d'entrée ou de dessert, informations et travaux en cours de biologie pour les élèves de 4 ^{ème} , réalisation de 2 ou 3 buffets de fruits pendant l'année scolaire | Tous les élèves | Non | Pas de structure associée |
| Collège Belvès | Chaque année scolaire, réalisation d'un petit déjeuner, séances d'information de l'infirmière sur la nutrition (elle aurait souhaité faire un travail plus approfondi avec les élèves mais trop de projets lors de l'année scolaire en question et difficultés par rapport à l'emploi du temps des élèves) | Tous les élèves de 6 ^{ème} | Non | Pas de structure associée |
| Collège Dangla | Séances d'informations et de réflexion sur le changement d'offre et l'application des recommandations par les élèves | 13 élèves volontaires | Non | CODES 47 |
| | Rédaction d'articles sur la nutrition pour créer un journal (ils avaient prévu de le diffuser l'année scolaire suivante) | Tous les élèves | Oui , 13 élèves volontaires | CODES 47 |

2) Les méthodes employées par la diffusion de l'information

Les modalités de diffusion de l'information ont été différentes selon les établissements : le type d'actions mises en place dépendait en effet de la volonté des équipes éducatives et des élèves volontaires pour s'impliquer dans la réalisation du projet. Un détail par thématique est précisé ci-dessous.

➤ *Inscription du projet dans le programme scolaire (cours)*

Au collège comme au lycée, la notion de nutrition est abordée dans les programmes scolaires, notamment en cours de SVT, voire dans certains cours de sections spécialisées (carrières sanitaires et sociales, services en milieu rural, etc...). Ces cours abordent des notions assez générales comme l'équilibre alimentaire et la composition des aliments.

Dans certains établissements inclus dans l'enquête, ces cours ont été approfondis et reliés au projet de modification de l'offre alimentaire au foyer des élèves, afin de renforcer la cohérence des messages délivrés aux élèves.

➤ *Organisation d'un petit-déjeuner*

Certains établissements scolaires ont organisé un petit déjeuner de manière ponctuelle. Une à deux fois dans l'année, les élèves impliqués dans la mise en place de l'accompagnement pédagogique se sont rapprochés du gestionnaire/intendant de l'établissement et du personnel de restauration afin d'organiser, avant le début des cours, un petit déjeuner complet et équilibré pour l'ensemble des élèves de l'établissement ou pour un niveau scolaire en particulier. A noter que dans les collèges, cette action « petit-déjeuner » est généralement mise en place chaque année par les infirmières scolaires. Cette action a pour objectif de rappeler aux élèves l'importance du petit déjeuner et la manière de le composer afin d'éviter le grignotage de 10h. De manière générale, ce petit-déjeuner est composé d'un produit laitier, d'un produit céréalier et d'un jus de fruit.

➤ *Débat, Groupe de paroles*

Certains établissements ont choisi de donner la parole aux élèves et de les faire réfléchir à leur propre comportement alimentaire. La plupart du temps des supports visuels sont utilisés tels que des films (« Super Size me », « Fastfood nation » et « nous enfants nous accuseront ») et des affiches (publicitaires, du PNNS,...). Les élèves sont alors amenés à donner leur avis sur les messages sanitaires diffusés (notamment ceux du PNNS) ainsi que sur l'influence des médias et de notre style de vie sur leur comportement alimentaire.

➤ *Dégustation*

Certains établissements ont choisi d'organiser des séances de dégustation. Il s'agit principalement de dégustation de produits étrangers ou de dégustation trompeuse (jouant sur les couleurs/aspects des aliments). Ce type d'action a pour objectif de leur faire découvrir de nouveaux produits et de les faire réfléchir sur l'importance des sens dans l'appréciation de leur alimentation.

➤ *Visite des cuisines*

Un établissement organise, pour un niveau (généralement 5^{ème}), la visite des cuisines du restaurant scolaire. Cette visite a pour objectif de montrer aux élèves les modes de préparation et l'organisation de la cantine mais aussi de les faire réfléchir sur les obligations (respect des règles d'hygiène et de qualité) et contraintes (sanitaires, nombre important de repas à servir...) qui régissent un restaurant scolaire. C'est pour les élèves l'occasion de participer à l'élaboration d'une partie du repas, l'entrée ou le dessert par exemple.

➤ *Création de supports pédagogiques*

Pour quelques établissements, les actions ont consisté en l'élaboration de supports visuels de différentes sortes, notamment des affiches, des sets de tables ou encore des diaporamas diffusés en boucle au restaurant scolaire. D'autres sont allés jusqu'à la création d'un film dont les personnages principaux sont les différents groupes d'aliments. Les affiches ressortent en effet

comme le moyen le plus souvent employé par les établissements pour annoncer le changement d'offre et présenter les « nouveaux produits » proposés à la vente.

B. Point de vue de l'ensemble des élèves sur l'accompagnement pédagogique

1) Point de vue des élèves sur la communication liée au changement d'offre alimentaire

➤ Une compréhension des objectifs du projet variable selon le niveau de communication

La manière de communiquer/présenter le projet est importante ; une élève dans un lycée nous le fait bien comprendre : « *je trouve qu'on nous l'a présenté comme « stop à tout » et au début quand je l'ai dit aux autres élèves qu'il y aurait plus rien pratiquement, c'était dur, ils ont trouvé que c'était trop radical comme projet* ».

En effet, lorsque les élèves ne connaissent pas les raisons et objectifs du changement d'offre du fait d'un manque d'information/communication, ils s'en forgent une représentation plutôt négative ; prenons l'exemple d'un lycée dans lequel les élèves estiment ne pas avoir été assez informés. Une élève nous dit « *on n'a pas compris, tout d'un coup, y'en a qui l'ont pris comme une punition, comme une restriction autoritaire et puis voilà, alors qu'il y en a d'autres qui ont entendu comme quoi c'était pour l'obésité, y'en a d'autres qui ont dit que c'était une loi qui était passée pour pas que les élèves mangent entre les cours, enfin ça a été n'importe quoi* ».

Chez d'autres, le changement était assimilé à un règlement supplémentaire imposé par l'établissement scolaire.

Cependant, dans une majorité des cas, les élèves percevaient le changement comme un moyen instauré pour lutter contre l'obésité et pour améliorer l'alimentation des élèves, en leur proposant une offre plus équilibrée (moins grasse, moins sucrée), qui pour quelques-uns correspond aux messages sanitaires qu'ils entendent également dans les médias.

D'autres élèves pensaient que la suppression des viennoiseries découlait de la même loi qui avait entraîné la suppression des distributeurs automatiques.

Enfin, dans les établissements où il n'y avait pas de vente auparavant, les élèves percevaient la vente comme un moyen mis en place pour que les élèves ne sortent pas de l'établissement ou déjeunent pour ceux qui ne déjeunent pas le matin, ou bien encore comme un moyen permettant de financer une action, un voyage ou d'aider une association.

➤ Une communication parfois limitée

Il ressort des entretiens collectifs et des entretiens individuels, la nécessité de faire une distinction entre une information sur le changement de l'offre alimentaire vendue au foyer, et une information sur les objectifs de ce changement.

En effet, si les élèves évoquent majoritairement des affiches comme moyen employé par les établissements pour annoncer le changement et présenter les « nouveaux produits » proposés à la vente, il est apparu un manque concernant une information sur les objectifs de l'amélioration de l'offre.

Ainsi, nous nous sommes aperçus que la plupart des élèves interrogés dans notre enquête ignorait que ce changement s'inscrivait dans un projet « santé » plus global. Ceci, qu'il s'agisse d'élèves qui n'avaient pas connu le changement (car nouvellement arrivés dans l'établissement), ou d'élèves scolarisés depuis plusieurs années dans cet établissement. Lors des entretiens avec des élèves non impliqués dans le projet, quelques-uns d'entre eux nous ont dit avoir été mis au courant de par leur fonction au sein de l'établissement scolaire en tant que délégués notamment, grâce à des réunions les impliquant. D'autres ont eu des feuilles explicatives, ou bien des professeurs leur ont parlé du changement de l'offre.

Parmi les élèves impliqués dans l'accompagnement pédagogique et/ou la vente (avant et/ou après le changement de l'offre), quelques élèves ignoraient également les objectifs du changement ou de la vente de tels ou tels produits meilleurs pour la santé.

L'ensemble des entretiens menés a fait ressortir le fait que, de manière générale, les élèves auraient apprécié qu'on leur explique les raisons du changement de l'offre.

Il est important de noter que dans certains établissements, amener les élèves à parler de la communication faite autour du projet d'amélioration de l'offre alimentaire les a poussés à exprimer leur ressenti concernant un déficit de communication global au sein de l'établissement entre les membres de l'équipe éducative et les élèves. Certains nous ont également dit qu'ils avaient le sentiment de ne pas être écoutés.

➤ *Une volonté des élèves d'être « consultés »*

Certains élèves (surtout dans les lycées) nous ont dit qu'ils auraient apprécié qu'on leur demande leur avis sur le changement en tant que tel et sur les produits à proposer. Les élèves ne sont pas réticents au changement mais auraient souhaité pouvoir remplir un questionnaire afin de choisir les aliments et/ou boissons proposés lors des pauses. Ils sont cependant conscients que pour remplir ce type de documents, une liste d'aliments et/ou de boissons recommandés pour la santé doit au préalable être proposée.

Nous pouvons penser que cela traduit chez les élèves une volonté d'être acteurs et de pouvoir s'exprimer sur des sujets qui les concernent. D'autant plus que, pour eux, les prises alimentaires et les aliments associés lors des pauses ont des significations qui dépassent uniquement le besoin de manger (cf partie II.E.2).

Enfin, les élèves qui auraient souhaité donner leur avis vivent le changement comme imposé par l'établissement, de même que ceux qui estiment ne pas avoir eu assez d'informations sur les objectifs de celui-ci. Ainsi, accepter le changement pour eux est plus difficile.

2) Point de vue des élèves sur les actions d'éducation nutritionnelle

➤ *Réflexion générale des élèves sur l'utilité des actions*

Les élèves dans l'ensemble estiment qu'il est utile de mettre en place des actions sur le thème de la nutrition, que ce soit envers la population d'une manière globale, ou bien envers les adolescents. Ceci pour plusieurs raisons :

- l'alimentation est un besoin nécessaire pour vivre et pour être en bonne santé, mais aussi un sujet d'actualité,
- Ils souhaitent apprendre et trouvent utile de prendre conscience des bienfaits de certains aliments et de comportements alimentaires bénéfiques pour la santé : des élèves estiment que certains adolescents ne se rendent pas compte que leurs comportements alimentaires peuvent contribuer à des maladies qui se voient, comme l'obésité ou l'anorexie, mais aussi d'autres maladies,
- Certains pensent qu'il est utile d'apprendre aux adolescents de faire des « choix » alimentaires dans toute l'offre qui est proposée aujourd'hui,
- Selon eux, le corps se forme lors de l'adolescence, c'est le moment de commencer à faire attention, d'acquérir de bonnes habitudes alimentaires dans un objectif de prévention,
- Certains collégiens nous ont également dit qu'il était utile de mettre en place des actions car ils ont « besoin de parler » lors de cette période de la vie qui n'est pas toujours facile à vivre.

Il est intéressant de noter que quelques élèves ont évoqué l'importance des actions nutrition envers les élèves, afin qu'ils apprennent l'équilibre alimentaire, mais aussi pour le transmettre plus tard à leurs enfants ou dès aujourd'hui à leurs frères et sœurs par exemple. De même, certains pensent que s'ils ne changent pas dès aujourd'hui leurs comportements, ils le feront peut être plus tard, dans d'autres contextes. Enfin, la nécessité de renouveler les actions a également été évoquée par certains élèves.

➤ *Point de vue spécifique sur les messages du PNNS*

Les élèves interrogés lors des entretiens nous ont dit avoir déjà vu les messages PNNS à la télévision, en dessous des publicités et/ou à travers les spots animés.

Le message qui revient le plus souvent dans les discours est « Mangez 5 fruits et légumes par jour », suivi de « Mangez moins gras, moins sucré, moins salé ».

Nous avons pu constater que les élèves connaissaient les messages par cœur, en revanche, ils n'en saisissent pas toujours le contenu : en effet, certains pensent qu'il faut manger 5 fruits + 5 légumes ; un autre pensait qu'il ne s'agissait que de fruits et légumes frais. Enfin, beaucoup ne font pas la différence entre activité physique et activité sportive.

Les avis des élèves sur ces messages sont mitigés. Certains ont un avis positif pour les raisons suivantes : les messages font passer l'information sur la bonne manière de s'alimenter, de changer certains de ses comportements, afin d'être en bonne santé et d'éviter notamment l'obésité. Ils permettent ainsi aux gens de prendre conscience de l'importance de l'alimentation et des bons comportements à adopter. Pour ces élèves, le fait de voir régulièrement ces messages est positif car cela permet ainsi de les retenir ; selon une lycéenne « *je pense que c'est pas mal parce qu'à force on les enregistre, on commence à les connaître par cœur, du coup peut être que les gens prennent conscience qu'il faut manger des fruits et légumes* ».

D'autres élèves en revanche, plus nombreux, estiment être lassés de voir trop souvent ces messages ; selon une élève : « *ça devient comme une pub normale en fait* ». De ce fait, ils ne les écoutent plus, n'y prêtent plus attention.

Certains estiment que ces messages peuvent finir par être perçus comme une interdiction : selon une lycéenne, « *on interdit beaucoup trop de choses, plusieurs fois j'entendais mes parents ils disaient bientôt on va même plus pouvoir boire de l'eau, Q : la notion de plaisir n'est plus présente, F : oui y'a pas de plaisir parce qu'on dit vous pouvez plus faire ci ou ça parce que sinon y'a tel ou tel danger, les gens je crois qu'ils en ont un peu marre qu'on leur rabâche toujours des trucs, faut les laisser un peu vivre, Q : tu trouves que ces actions c'est utile quand même ?, F : c'est utile oui, ça prévient, ça développe un peu le sujet, c'est intéressant, mais pas en trop grosse quantité* ».

Certains soulèvent également un problème de cohérence, lorsqu'ils voient les messages sur des publicités vantant des produits moins recommandés sur la santé, ou dans certains fast-foods.

➤ **Point de vue des élèves selon le type d'actions menées**

• **Actions inscrites dans le programme scolaire (cours)**

Certains élèves apprécient ces cours qui peuvent les aider au quotidien. Dans un collège, un élève nous a dit avoir apprécié le fait de réaliser des exposés sur la nutrition dans ses cours de SVT. Les élèves débattaient ensuite sur ces exposés et devaient réaliser un récapitulatif. Ce qui l'intéressait était de voir comment les autres mangeaient et le fait qu'ils ne réalisaient pas toujours ce qu'il fallait faire pour avoir une alimentation équilibrée. Il dit avoir appris ce que signifie la recommandation « 5 fruits et légumes » en termes de proportions. Dans le cas de ces élèves, nous pouvons nous apercevoir qu'il s'agit d'actions qui touchent au concret, au quotidien des élèves.

De même, une élève dans un lycée nous a dit avoir particulièrement aimé les cours de cuisine dans le cadre du programme de sa section. Il s'agit de cours qui ciblent des publics spécifiques : enfants, personnes âgées, personnes handicapées, mais aussi les régimes. D'une manière globale, les élèves de sections spécialisées rencontrés nous ont dit apprécier les cours sur la nutrition et certains d'entre eux nous ont fait part d'un impact de ces derniers sur leurs propres comportements alimentaires (cf. partie V).

Cependant, de manière générale, nous nous apercevons à travers les discours des élèves que beaucoup d'entre eux sont favorables aux actions qui sortent du cadre habituel des cours du moins du déroulement habituel de ces derniers et/ou qui ne se basent pas uniquement sur l'écoute d'un intervenant interne ou externe à l'établissement scolaire. Ces élèves, ainsi que d'autres, nous ont dit avoir des difficultés à retenir les informations lorsqu'il s'agit de leçons à apprendre, et à réitérer lors de contrôles.

Voici un extrait d'entretien collectif avec des lycéens : « *G : mais le fait qu'ils parlent tout le temps (les intervenants), pendant 1 heure ou 2 heures à force c'est..., F : plutôt que de faire des interventions, faire des différences d'alimentation..., F : des animations, F : ... mais en concret, quitte à..., F : amener des repas, F : ... faire goûter un truc, ça c'est de saison, ça c'est pas de saison, ça a pas de goût, c'est dégoûtant, y'a rien dedans....., F : montrer ce qu'il y a dedans aussi parce que quand on voit, dans le film qu'on a vu « Nos enfants nous accuseront », ils expliquent ce qu'il y a dans les conserves, du plomb, du mercure, du machin..., F : ... ça c'est plus choquant, F : voilà et ça, ça va vraiment faire réfléchir les gens... »*

- **Organisation d'un petit déjeuner**

Les élèves avec qui nous en avons parlé (essentiellement des collégiens) nous ont dit avoir apprécié cette action car elle représentait un moment convivial, de partage avec leurs camarades, ce qui changeait pour eux de manger avec leurs parents et qui sortait de leur « routine ». Ils ont également apprécié d'avoir le temps de prendre un petit-déjeuner qui leur a permis de tenir sans grignoter jusqu'à midi, et une offre alimentaire qui leur convenait : étaient proposés le plus souvent des céréales, purs jus de fruits, fruits, produits laitiers, chocolat, pain, beurre, confiture, et pour un établissement des viennoiseries.

Dans un lycée, les élèves qui ont organisé le petit-déjeuner nous ont dit que les élèves concernés avaient été déçus par rapport aux aliments et boissons proposées (petits pains complets ou aux céréales, fromages, fruits, lait nature) car ils ne correspondaient pas à ce qu'ils attendaient ou à ce qu'ils ont l'habitude de manger le matin.

Il est important de souligner que le manque de temps est la justification qui revient le plus souvent dans le discours des élèves ne prenant pas de petit-déjeuner. Avoir le temps devient donc ici un point positif de cette action.

- **Débat, groupes de parole, séance d'information**

Qu'il s'agisse de collégiens ou de lycéens, de garçons ou de filles, les élèves nous ont dit aimer travailler ensemble, partager leur expérience, leur vécu, débattre sur un sujet ou sur des idées.

Lors d'un autre entretien collectif avec des lycéens, ces derniers nous ont dit avoir eu trop d'actions sur la nutrition dans leur parcours scolaire et que ces actions se résumaient souvent à des présentations sans échange réel. Ils nous ont ainsi dit avoir apprécié l'entretien collectif car ils pouvaient s'exprimer et échanger avec les autres élèves en petit groupe sur leur manière de manger et sur leurs représentations vis-à-vis du projet et de l'alimentation.

Pour exemple, un lycéen ayant participé à l'accompagnement pédagogique qui se présentait sous forme de séances d'informations sur la nutrition, nous a dit les avoir appréciées car :

- il avait l'intention de perdre du poids,
- les séances étaient tournées vers l'alimentation des sportifs, ce qui constituait une adaptation au « public » de l'établissement en question (constitué de beaucoup de garçons).

Autre exemple, cette lycéenne qui nous parle d'un cours d'espagnol au cours duquel elle a participé à l'analyse d'une publicité « *j'avais préféré espagnol quand même (que les cours de SVT sur la nutrition), c'était une pub, déjà j'aime l'espagnol et puis même c'était plus attractif que là c'est bien mais voilà. Puis en espagnol on en a parlé brièvement que là quand on reste longtemps ça paraît..., Q : au bout d'un moment ça lasse, F : oui voilà. [...] je préfère les choses comme ça où on est tous ensemble c'est pas pareil que les cours, même l'espagnol c'est bien, souvent c'est différent, après en espagnol je crois que c'est espagnol renforcé on est un groupe de filles, on est que des filles, 10, et c'est vrai qu'on s'entend très bien donc c'est plus vivant les cours, on parle vachement, Q : c'est du concret, F : oui voilà. Tandis que les cours c'est pas pareil* ».

Concernant les films diffusés (« Fast Food Nation », « Super Size me », « Nos enfants nous accuseront »), les élèves nous ont dit avoir été marqués, voire choqués par ce qu'ils ont pu voir, découvrir dans ces films, aussi bien sur la manière dont peuvent être fabriqués les produits que

l'on trouve dans les fast-foods, que leurs conséquences sur la santé des individus. En termes d'appréciation, un élève ajoute: « **Q : l'alimentation en général c'est un sujet qui t'intéresse ?**, G : à peu près oui. En fait ça dépend de comment c'est raconté. Si c'est raconté comme ça blablabla, il faut manger, non merci, si c'est raconté par exemple en film c'est plus, c'est intéressant, je préfère ça ».

Selon eux, le fait de voir des images « chocs » a capté l'attention des élèves, mais les a aussi fait réfléchir : « F : montrer ce qu'il y a dedans aussi parce que quand on voit, dans le film qu'on a vu « Nos enfants nous accuseront », ils expliquent ce qu'il y a dans les conserves, du plomb, du mercure, du machin..., F : ... ça c'est plus choquant, F : voilà et ça, ça va vraiment faire réfléchir les gens... ».

Une action présentée sous forme de sketches menée par des intervenants extérieurs a été réalisée dans un collège. Ces sketches impliquaient à certains moments des élèves pris au hasard dans le public. Les élèves nous ont dit avoir apprécié cela, en évoquant le fait qu'ils ont « bien rigolé », « mais on a aussi compris le message ». Certains ajoutent « G : par le rire on comprend, parce que ce qu'on nous fait là c'est barbant, c'est ennuyant, tout le temps la même chose donc t'es assis sur ta chaise, t'es là, tu regardes, au bout d'un moment tu t'endors, tu te réveilles et puis c'est fini, G : c'est pour ceux qui savent pas parce que par exemple dans 10 ans on se rappellera pas de la pièce mais ça nous restera marqué pour ce qu'on va faire après ».

Concernant d'autre type de support pédagogique réalisé, une élève raconte une action nutrition réalisée dans un autre cadre que celui du collège, où il était question de constituer des plateaux et de les faire commenter ensuite par un professionnel : « ...une expérience comme ça, je m'en souviendrai l'histoire des plateaux, on était tous ensemble, on avait bien rigolé, on retient plus comme ça qu'avec des cours je pense ».

- **Dégustation**

Les élèves apprécient les actions au cours desquelles ils peuvent découvrir des aliments qu'ils ne connaissent pas (d'autres pays par exemple), ou qu'ils connaissent, à travers une proposition d'aliments variés (pains, fromages, fruits par exemple) ou à travers la prise de conscience de l'importance des sens : ainsi par exemple une élève nous dit avoir aimé un atelier de dégustations réalisé dans le cadre du cours de SVT : « **Q : c'est quelque chose qui t'avait plu ?**, F : oui, qu'on fasse ça au lieu du cours ça change [...] l'activité qu'il nous a fait faire ça rendait plus intéressant, c'était bien [...] sans la vue j'arrivais pas trop à deviner, déjà au toucher j'arrivais pas à deviner, sinon au goût après oui ».

De plus, les élèves apprécient le fait que des personnes extérieures (CODES notamment) soient intervenues dans l'établissement, en proposant des séances de dégustations. En effet, le côté ludique de ces dégustations et le fait de pouvoir manger plait particulièrement aux élèves.

- **Visite des cuisines**

Dans un collège, tous les élèves de 5^{ème} visitent chaque année les cuisines et participent à l'élaboration d'une partie du repas, l'entrée ou le dessert par exemple.

Les élèves interrogés en entretien collectif et individuel nous ont dit avoir apprécié cette action car elle leur a permis de voir comment fonctionnent les cuisines, de quelle manière sont conservés et cuisinés les aliments, ainsi que les mesures d'hygiène.

Ils nous ont également dit avoir aimé être acteur dans l'élaboration d'une partie du repas. Certains estimaient que cela était « rigolo », d'autres ont adopté un comportement qui est celui du personnel de cuisine au quotidien, ils se sont mis à la place des personnes qui préparent les repas au collège. En effet, voici l'extrait d'une discussion avec une élève concernée : « **Q : tu me disais que ça te faisait bizarre de voir passer tes pizzas**, F : ah oui, bé oui, parce que c'est nous qu'on les avait fait, alors que d'habitude, par exemple ce qu'on va manger à midi c'est pas nous donc, enfin on fait moins le cas. Alors que quand c'était nous qu'on l'avait préparé, on regardait, enfin, qui c'est qui en prenait et, pour voir un peu... ».

- **Affiche, photos, images**

Les affiches concernant l'alimentation dont les élèves nous ont parlé se situent généralement dans la cantine scolaire : affiches sur les messages PNNS comme l'escalier présentant les aliments à privilégier, affiches sur les fruits et légumes, la fraîche attitude, etc.

Nous l'avons vu également, les établissements scolaires ont majoritairement employé ce moyen de communication pour présenter les nouveaux aliments vendus lors des pauses.

Enfin, dans le cadre de l'accompagnement pédagogique dans un lycée par exemple, les élèves impliqués ont apposé des affiches sur le thème de la nutrition dans les couloirs et dans les salles de classe.

De manière générale, les élèves ont un avis mitigé concernant les affiches : certains élèves disent avoir été marqués, qu'elles les ont poussés à une réflexion, d'autres estiment qu'à force, ils ne les voient plus, comme cette lycéenne : *« comme l'affiche qu'il y a en haut du self, maintenant on ne la voit plus, ça fait comme une tapisserie »*.

Il ressort cependant que les élèves attendent des affiches qu'elles soient « marquantes », de par les couleurs, les messages, les images et la composition, qui doivent attirer l'attention, et provoquer une prise de conscience.

Elles doivent également « parler » aux élèves, par rapport à leur mode de vie, leur ressenti et vécu d'adolescent, par rapport à l'alimentation mais aussi au corps. De plus, des élèves de deux lycées différents nous ont dit avoir apprécié des affiches portant sur les messages alimentaires qui se présentaient sous une forme humoristique et ludique.

Dans un lycée, une élève met en avant sa préférence pour des affiches plutôt que d'autres actions basées sur l'écoute et la répétition des messages. Son discours illustre également l'importance de l'implication d'élèves dans leur réalisation : *« Q : tu penses qu'il faudrait que ça s'accompagne d'une communication ou d'autres actions ? , F : peut être d'affiches oui, d'affiches autour mais pas les trucs du style les réunions à tout le monde qui s'assoit et qui écoute, il faut manger 5 fruits et légumes machin, des trucs barbants, perso moi j'irais pas donc, par contre non mais des affiches un peu attractives avec des couleurs et tout ça, ça peut être pas mal, Q : toi tu mettrais quoi sur les affiches ? , F : je sais pas, après on avait proposé ça aussi, faire des concours, par exemple meilleure photo de fruits ou d'un truc sur l'alimentation et après la photo sélectionnée, celle qui a gagné, on en fait une affiche. Ça, ça peut être pas mal, Q : ça serait attractif..., F : voilà, des trucs qui intéressent et à la limite à la fin on donne un lot à gagner, tout le monde est content et ça fait une affiche, ça peut être pas mal, Q : le message passe aussi finalement..., F : voilà, c'est ça [...] par exemple avec des affiches, faire des projets autour, créer des trucs, mais qu'elle te raconte pas ce que c'est, ce que c'est pas, que tu sais déjà et que dans 2 heures tu t'en souviens plus, franchement je trouve que ça sert à rien et c'est une perte de temps, Q : il vaut mieux que ce soit des choses où les élèves s'impliquent, F : voilà. Puis à la limite ceux qui sont concernés veulent aller voir l'infirmière, qu'ils aillent la voir mais bon y'en a beaucoup qui, l'alcool et tout ça, ça les dérange pas plus que ça donc qu'ils viennent à cette réunion y'en a à mon avis très peu qui changent avec ces réunions. Je pense que ça a moins d'impact que les affiches et les trucs comme ça, Q : c'est marrant, on penserait une affiche, tout le monde n'est pas censé la voir..., F : non mais je trouve, surtout si c'est les élèves qui l'ont fait, c'est un projet, une activité, ça passerait mieux »*.

3) Point de vue des élèves sur l'implication de pairs dans la mise en place du projet

➤ Une implication vécue positivement par un grand nombre d'élèves

Aux vues des entretiens et observations menés, nous pouvons, de manière générale, affirmer que l'implication des élèves a été vécue positivement par l'ensemble des élèves et ce, pour plusieurs raisons.

Tout d'abord, en termes de communication, d'écoute des messages, la majorité des élèves impliqués estime positif le fait que ce soit des élèves qui s'adressent à d'autres élèves : selon une élève impliquée « **Q : et tu dis c'est positif de communiquer d'étudiants à lycéens, c'est quoi d'après toi qui est positif ?**, F : je pense que les étudiants se sentent plus libres de communiquer, de parler, de dire ce qu'ils pensent, le fait que ce soit des profs ça met quand même tout de suite une barrière d'autorité alors qu'avec nous ils peuvent se lâcher un peu plus librement [...] pendant l'intervention du petit-déjeuner on leur posait des questions pour que ce soit assez interactif et c'est vrai qu'ils répondaient assez spontanément alors que je pense que si c'était un cours bien méthodologique sur l'alimentation, ils ne seraient pas intervenus ». Selon une autre élève impliquée : « Peut-être qu'entre adolescents on peut se comprendre. En général quand c'est les profs qui disent quelque chose à un élève ça passe moins bien donc, ou ça passe bien des fois chez certains... ». Selon une troisième : « **Q : le fait d'avoir fait les ateliers et que vous allez en faire au festival, tu penses que le fait que vous soyez élèves ça passe un petit peu mieux ?**, F : ah oui je pense parce qu'ils voient que nous on est vachement investis et qu'on le fait passer par le jeu de suite ils vont se dire c'est intéressant, ça les a intéressé eux pourquoi pas nous, puis nous on va les faire venir, ça va être bien ».

Pour la plupart des élèves, le fait que des élèves s'impliquent est positif, en terme de communication (« c'est bien parce que c'est des élèves qu'on côtoie tous les jours donc ça passe mieux que si c'est un prof ») mais aussi pour les élèves impliqués eux-mêmes, du fait de l'impact qu'a pu avoir l'accompagnement pédagogique sur leur comportement alimentaires : « c'est bien que ce soit des élèves qui déjà fassent un projet concernant l'alimentation, [...] parce que ces élèves qui font le projet vont être obligés de s'y intéresser et puis si c'est noté pour bien le réaliser ils vont être obligés de s'y intéresser donc eux-mêmes, ils vont apprendre des trucs qui peut être, ils vont pas retenir tout mais peut être changer quelques habitudes ».

D'autre part, les élèves participant apprécient de voir d'autres élèves s'investir : des lycéens ont évoqué le fait que certains de leurs camarades avaient préparé des plats lors de la semaine du goût et ils nous ont dit avoir apprécié de voir ce qu'ils avaient réalisé. De même, dans un autre lycée, les élèves en entretien collectif nous ont dit qu'un élève s'est proposé de créer une affiche avec les camarades de sa section pour annoncer le changement d'offre. Cette idée a suscité l'enthousiasme des autres élèves présents : « F : c'est une super bonne idée [...] F : oui puis ça peut faire un sujet de discussion, ils passent tout le temps devant leur affiche, ça peut être une fierté, on a bossé sur ça, tu t'en souviens j'avais fait ça [...] F : ça peut ouvrir une discussion, quelqu'un qui dit oh c'est un copain à moi qui a fait ça, ce qui est affiché, c'est sympa il a fait ça, pourquoi, ils lisent l'affiche et puis après voilà. Puis un truc et je pense que ça peut engranger plusieurs trucs ».

Enfin, l'implication des élèves constitue, selon eux, une expérience de mise en place de projets, mais aussi d'acquisition de responsabilités.

➤ **Points limitant l'adhésion des élèves aux messages transmis par les élèves impliqués**

Même si l'implication d'élèves dans la mise en place du projet a été vécue majoritairement de façon positive, nos observations et les divers entretiens menés ont mis en avant quelques difficultés.

- **La nutrition, un sujet connu**

Lors de l'entretien collectif dans un lycée, des élèves nous ont dit avoir trouvé positif le fait que d'autres élèves s'impliquent mais ce qu'ils n'ont pas apprécié est le fait d'entendre encore une fois les mêmes choses : selon eux, les messages délivrés étaient des messages qu'on leur a répétés déjà beaucoup de fois et certains estiment qu'il y a trop de prévention. Une part des élèves estiment être lassés de voir trop souvent les messages PNNS (cf partie III.B.2.a). De ce fait ils ne les écoutent plus, n'y prêtent plus attention.

- **Manque d'influence et de crédibilité pour certains**

Dans ce même lycée, les élèves qui se sont impliqués dans le projet ont été marqués par les réactions négatives de leurs camarades face à leur travail. Ils pensent alors que parler de lycéens à lycéens ne favorise pas l'écoute des élèves. Ainsi, ils estiment que le discours serait mieux passé envers un public plus jeune (collégiens par exemple), devant lequel ils auraient eu selon eux plus

d'écoute car plus de crédibilité. Cependant, on peut penser que le fait que d'être face à des élèves qui se sont impliqués leur a permis de « se lâcher » et de manifester ainsi leur mécontentement.

De même, des élèves qui se sont impliqués dans l'organisation du petit-déjeuner dans deux autres lycées nous ont fait part de doutes quand à l'écoute de leurs camarades des conseils qu'ils leur prodiguaient. Ces derniers étant surtout contents de se retrouver entre eux autour d'un repas.

NB : le point de vue des élèves par établissement est détaillé en Annexe 7.

C. Propositions et suggestions des élèves concernant les actions pédagogiques

Lors des entretiens, certains élèves se sont positionnés de manière critique par rapport aux actions pédagogiques et ont alors été force de propositions.

1) Les élèves souhaitent de la cohérence dans les actions

Lors de nos entretiens, les élèves nous disent percevoir des incohérences, notamment dans le cadre de la cantine, qui représente pour certains le cadre principal de leurs repas dans la semaine (les internes), ou bien un des cadres principaux (les demi-pensionnaires). Voici les principales incohérences dont les élèves nous ont fait part :

- en rapport avec les actions nutrition d'une manière plus globale, certains élèves parlent des aliments ou plats qui leur sont parfois proposés à la cantine: « *F : en fait, plutôt que de faire de la prévention il faudrait peut être..., F : agir, F : ...mettre en application, mettre en adéquation avec le message qu'ils veulent nous faire passer plutôt que de nous bourrer avec il faut manger comme ci, comme ça, alors qu'à côté ça suit pas, Q : c'est-à-dire, vous donner des bonnes choses à manger et..., F : bé ils nous disent ne pas manger trop gras, trop sucré, trop salé, ok, mais qu'ils le fassent..., G : en fait y'a des jours y'a charcuteries en entrée, en dessert on a crème Mont Blanc..., F : et de la ratatouille pleine d'huile, G : ça et puis après y'a des jours où on va avoir en entrée crudités, fruits et voilà, ils équilibrent pas et après..., F : y'a des semaines on va avoir 5 fois de la pomme de terre, en frites, en purée..., F : en salade, Q : c'est équilibré sur un mois mais peut être pas sur la semaine, F : non et puis ils disent en plus que la viande c'est pas nécessaire à tous les repas et ici ils servent du poisson ou de la viande à tous les repas ».*

Il s'agit pourtant d'un des établissements dans lequel les élèves sont plutôt satisfaits de la cantine. Ces derniers sont sensibles à l'équilibre alimentaire. Nous avons retrouvé cette sensibilité dans le discours d'autres élèves qui nous ont également fait part d'incohérences repérées dans le cadre de leur cantine scolaire : aliments cuisinés régulièrement d'une manière trop grasse, repas trop lourds le soir, etc. Nous avons pu constater nous-mêmes dans un collège en ayant mangé à la cantine scolaire que des sachets de ketchup étaient systématiquement donné dans chaque assiette pour accompagner des haricots verts qui étaient pourtant très bien cuisinés.

- D'autres élèves, qui ont eu des actions sur l'agriculture biologique, nous ont dit avoir apprécié ce type d'action, mais nous ont également dit ne pas comprendre pourquoi retrouver des tomates en plein hiver à la cantine par exemple: « *ce qui me gêne un peu dans l'établissement c'est qu'on fait des efforts sur l'alimentation et tout l'hiver on a eu des tomates et des concombres au réfectoire et là moi ça me gêne quand on parle de mieux se nourrir... »*, « *sur le principe c'est bien de nous sensibiliser à mieux manger etc. mais bon comme il le disait, s'ils vont ns faire manger des concombres et des tomates tout l'hiver ça sert pas à grand chose donc si on doit manger bio avec des trucs dedans dans ce cas là on mange pas bio, donc la sensibilisation sert pas à gd chose. Si la sensibilisation était cohérente avec ce qu'on a dans l'assiette, à ce moment là oui, sinon... »*. De plus, une élève de ce même établissement nous dit « *... en horticulture on nous demande justement d'essayer de faire de plus en plus écologique, sauf que dans notre formation on nous parle de pesticides et compagnie donc ça fait défaut »*.

D'autres élèves souhaiteraient que des aliments issus de l'agriculture biologique soient introduits à la cantine d'une manière régulière dans l'année scolaire et non pas présentés uniquement sur une journée, afin de « *montrer une bonne image du lycée »*.

Dans un collège, nous avons demandé aux élèves si les professeurs leur « montraient l'exemple » le midi à la cantine. Les élèves nous ont répondu d'une manière négative, car selon eux, leurs professeurs sont autorisés à prendre plus de pain qu'eux, ont des sauces qu'ils peuvent rajouter à leur plat, voire des bouteilles de vin sur leur table... Les élèves ont du mal à comprendre qu'ils n'aient pas les mêmes droits (en dehors du vin !) et on peut être amenés à penser que les messages peuvent avoir du mal à être entendus par les élèves si les membres de l'équipe éducative agissent différemment.

2) Points à aborder selon les élèves

Certaines filles évoquent la nécessité de mener des actions envers les adolescentes sur les régimes : comment procéder si l'on en a besoin, mais aussi parler de celles qui n'en ont pas besoin et qui pourtant en pratiquent. D'autres élèves pensent qu'il serait utile de mener des actions auprès des adolescents concernant les troubles du comportement alimentaire, tels que l'anorexie ou la boulimie, car ce sont des sujets qui les touchent et qui sont moins traités dans les actions, les médias par exemple, que l'obésité. Certains proposent de montrer plus souvent des images « chocs » (fille anorexique par exemple) aux élèves afin qu'ils prennent conscience de ce qu'ils mangent et de ce que peuvent entraîner concrètement de « mauvais » comportements alimentaires.

Enfin, certains d'entre eux pensent qu'il est nécessaire d'agir auprès des plus jeunes en termes de nutrition, les habitudes acquises depuis l'enfance étant par la suite difficiles à modifier lorsque l'on est adolescent.

IV. Impact du projet selon les élèves

A. Impact du projet sur le comportement alimentaire de l'ensemble des élèves

1) Impact du changement d'offre alimentaire

A l'écoute des élèves, nous avons pu remarquer que les élèves jugent majoritairement utile de mettre en place un tel projet au sein des établissements scolaires (cf. parties III.B et III.C). En effet, certains élèves, notamment des élèves impliqués, nous ont dit avoir remarqué un changement d'habitudes alimentaires suite au changement d'offre vendue au foyer des élèves (cf. tableau en Annexe 6) :

- consommation de petits pains à la place des viennoiseries,
- moins de sorties d'élèves dans certains établissements pour acheter des produits non recommandés, du fait que l'offre nouvellement proposée les satisfait (en termes de goût et de prix),
- prise de conscience de la composition nutritionnelle d'une viennoiserie par rapport à un petit pain et réflexion des élèves sur leur comportement alimentaire.

Cependant, d'autres sont plus septiques sur l'impact du changement d'offre auprès des élèves (eux-mêmes et les autres). Certains pensent aussi que le projet a pu toucher des élèves, mais seulement quelques-uns.

Les éléments suivants ont été mis en avant par les élèves afin d'essayer d'expliquer l'impact modéré du changement de l'offre sur leur comportement alimentaire :

- il n'y a pas eu assez d'informations sur les objectifs du changement d'offre alimentaire envers les élèves.
- les élèves d'une manière globale, n'ont pas conscience de l'avantage nutritionnel d'un pain par rapport à une viennoiserie (les actions d'accompagnement pédagogique n'ayant pas touché tous les élèves des établissements).

Mais aussi :

- certains élèves achètent plusieurs petits pains pour leur propre consommation, d'autres consomment des petits pains alors qu'ils ne consommaient pas de viennoiseries : pratique pouvant être contraire au message « santé » à faire passer. (*Remarque : deux jeunes filles nous ont dit acheter plus de petits pains qu'elles n'achetaient auparavant de chocolatinnes car elles les trouvent meilleurs. Enfin, une jeune fille participant à la vente (ayant droit à un petit pain gratuit) nous a dit manger désormais de temps en temps un petit pain lors de la pause de 10h alors qu'elle n'achetait rien avant au foyer*),
- certains lycéens continuent de sortir de l'établissement pour acheter d'autres aliments et/ou boissons,
- dans quelques cas, le changement d'offre n'est pas très marqué dans l'établissement (offre de produits non recommandés encore existante dans certains établissements qui ont choisi de diversifier plutôt que de modifier l'offre initialement proposée à la vente) (cf. Tableau 5).

2) Impact des messages PNNS

En termes d'impact, les avis sont mitigés concernant les messages PNNS. Une partie des élèves nous ont dit que ces messages les avaient fait réfléchir à ce qu'ils mangeaient au quotidien. D'autres pas du tout, qu'il s'agisse d'élèves qui ont des avis positifs ou négatifs de ces messages. On s'aperçoit en effet dans certains discours que les messages sont considérés comme positifs pour les autres mais pas forcément pour soi-même.

Les élèves estiment souvent avoir des difficultés à suivre la recommandation « Mangez 5 fruits et légumes par jour », les raisons avancées étant qu'ils n'ont pas toujours ces aliments à disposition dans la journée et que leur prix est assez élevé. Concernant la recommandation sur l'activité physique, la difficulté évoquée est le manque de temps.

3) Impact selon le type d'action menée

➤ *Organisation d'un petit-déjeuner*

L'impact du petit-déjeuner diffère selon les élèves impliqués ou non :

Certains pensent qu'il n'a pas réellement eu d'impact auprès des élèves, insistant alors plutôt sur le côté « sympa » de l'action. Mais aussi, selon une élève impliquée dans un lycée : « *je pense pas. Moi j'aurais eu une intervention comme ça j'aurais dit sur le moment oui c'est vrai puis après on a tellement nos habitudes, on est tellement incités par les pubs que, il faudrait que ce soit pas ponctuel, que ça soit assez régulier et qu'on les prenne pas en 1^{ère}, qu'on les prenne beaucoup plus tôt [...] faire d'autres interventions, le fait que ça soit des étudiants qui le fassent, d'étudiants à étudiants ou d'étudiants à lycéens, je trouve ça quand même très intéressant parce que la communication passe mieux mais je pense déjà qu'il faudrait les prendre plus tôt dans la scolarité parce qu'une habitude ça change pas en un jour ou même en une matinée, et là ils étaient contents ils avaient à manger gratuit mais il faudrait renouveler* », « *...ce qu'il en est ressorti du petit-déjeuner, oui plutôt négatif, y'avait pas de chocolat, pas de boissons chaudes, pas de beurre, de viennoiseries [...] ils étaient plus là pour manger que pour écouter les infos, les infos qu'on leur passait pour beaucoup c'était déjà connu, ils entendaient rabâcher à la télé, à la radio, par les parents, ça les soulait un peu...* ». Elle estime aussi que les élèves ont les connaissances mais ce n'est pas pour cela qu'ils vont changer leurs habitudes. Dans ce même établissement, une autre élève impliquée a un avis plus partagé : elle pense que les élèves ont pu être touchés par le projet, peut être plus les filles que les garçons, en raison d'une question d'image. Elle rajoute : « *même s'ils disent non j'ai aucun problème, je pense que ça les fait quand même réfléchir, en disant peut être qu'aujourd'hui j'ai aucun problème mais il faut pas que, voilà, même si je vais pas faire ce qu'ils disent, si un jour j'ai un problème peut être que je le ferais. L'important c'est que le message passe. Après ils en font ce qu'ils veulent mais ils s'en serviront un jour, c'est sûr [...] Q : tu penses que c'est juste un souci par rapport au poids, tu disais l'image, tout ça ? F : à cet âge là je pense oui, c'est surtout ce qu'ils montrent aux autres, après peut être que par la suite y'aura le problème du cholestérol, des maladies, mais je pense que sur le moment c'est surtout pouvoir rentrer dans son jean et plaire aux garçons et*

vice-versa ». Elle estime aussi qu'il faut agir auprès des élèves dès le plus jeune âge. Pour elle, l'action petit-déjeuner a permis aux élèves de se poser des questions sur leur alimentation.

D'autres nous ont clairement dit que l'action petit-déjeuner avait eu un impact sur eux; selon cette collégienne par exemple : « *avant par exemple je prenais pas de confiture, maintenant comme je sais que c'est un peu, donc maintenant ça m'arrive d'en prendre* », « *je mange pas les mêmes choses, parce que maintenant, enfin j'essaie pas de faire comme eux mais j'essaie de voir à peu près, j'essaie de me souvenir, de voir à peu près ce qu'ils nous ont montré pour voir ce qui est bien ou pas* », « **Q : comment tu expliquerais justement que maintenant, depuis que tu es au collège tu fais plus attention à ton alimentation ?**, F : *bé déjà au début, même quand j'étais en 6^{ème}, avant qu'on ait fait l'action du petit-déjeuner je faisais pas trop gaffe, je mangeais puis voilà, mais déjà j'ai commencé justement par le petit-déjeuner, quand j'ai vu j'ai pris les bases et tout ça, et après je me suis dit que c'était bien que je fasse ça pour le reste en fait. Parce que je me suis dit c'est bien le matin mais aussi pour le reste c'est bien aussi* ». Elle rajoute que ses cours de SVT sur la nutrition l'ont également aidée dans cette démarche.

Enfin, d'autres élèves nous ont également dit avoir pris conscience de l'importance du petit-déjeuner à travers cette action et en prendre désormais un régulièrement.

➤ **Débats, groupe de parole, séances d'information**

Un lycéen participant à l'accompagnement pédagogique a mentionné que ces séances d'informations l'avaient amené à modifier certains de ses comportements alimentaires : « *combien il faut prendre de rations, combien il faut de lait par jour [...] plus de légumes, obligé, parce que je suis un peu en surpoids, donc les légumes...* ». Mais aussi : « *c'était vachement intéressant parce qu'on a remarqué que sur des produits qu'il y a, des produits que tous les jeunes aiment, au contraire c'est pas du tout bien d'en prendre donc on essaie de, c'est dur, c'est dur de pas les prendre*, **Q : toi t'arrives quand même à changer des choses ?**, G : *un peu. Des fois c'est tentant donc on prend, c'est pas bon mais bon, quand on a le goût on peut pas faire autrement*, **Q : c'est ça vraiment qui t'a amené un déclic pour te faire réfléchir, changer certains trucs ?**, G : *oui un peu, oui, tout ce qu'elle nous a dit, des fois ça fait peur*, **Q : quoi par exemple ?**, G : *le Nutella. Ils disent que c'est du chocolat, du lait, c'est rien de tout ça. Donc ça m'a un peu dégoûté quand même*, **Q : t'en prends moins maintenant**, G : *oui, j'en achète un peu mais j'y touche moins maintenant*, **Q : t'as vraiment changé de point de vue**, G : *oui, y'a pas que moi apparemment, maintenant ils sont un peu réticents, enfin ceux qui sont venus à la réunion ils veulent plus trop en prendre* ».

Une autre élève impliquée estime qu'effectivement l'action réalisée a amené les élèves concernés à réfléchir à leurs comportements alimentaires et à en modifier des éléments. Ils étaient, selon elle, attentifs aux informations car elles portaient entre autre sur la manière de s'alimenter lorsque l'on est sportif, et dans cet établissement composé en majorité de garçons, le sport est effectivement bien présent.

Enfin, une élève nous précise, suite à l'organisation d'un débat basé sur l'analyse d'une publicité portant sur le petit-déjeuner, qu'elle a pris conscience de la nécessité de cette prise alimentaire, en complémentarité avec les conseils que lui prodiguaient sa mère : « *moi y'a 2 ans je déjeunais pas, jamais, c'était toujours « un jour tu vas tomber dans les pommes tu vas voir », et puis je me suis mise à déjeuner, maintenant je ne peux plus me passer du déjeuner, mais vraiment [...] comme je déjeunais pas vraiment j'avais faim à 10h, je prenais tout le temps la chocolatine, voire 2 ou 2 croissants, ils distribuaient des petits trucs de jus d'orange, alors tous les jours je dépensais au moins 1 euro, les 2 croissants ça valait 40 cts, le petit truc de jus d'orange c'était 30 je crois et un jour maman m'a dit bon c'est bête, t'achètes à manger tu gaspilles tous les jours 1 euro, moi je m'en fiche mais pour toi tu pourrais acheter autre chose avec tes sous. C'est vrai que je me suis dit bon allez je commence à déjeuner, surtout que mon frère, ma sœur et ma mère déjeunaient et moi je les regardais ou je dormais plus, non maintenant je déjeune tous les matins* ».

➤ **Visite des cuisines**

Selon des membres de l'équipe éducative d'un collège, la visite des cuisines et la participation aux travaux de la cantine scolaire, ont entraîné une diminution des plaintes vis-à-vis

de la cantine de la part des élèves. Le fait de se mettre à la place du personnel de cuisine, prendre ce nouveau rôle est un élément tout à fait intéressant, qui peut contribuer à « réconcilier » un certain nombre d'élèves avec leur cantine scolaire.

➤ **Affiches, photos, images**

Certains élèves estiment qu'ils n'y font pas attention, d'autres qu'ils retiennent quand même les slogans mentionnés à force de les voir et qu'il y aurait donc ainsi un certain impact sur eux. Ce qui ressort des discussions avec les élèves sur les affiches est que plusieurs d'entre eux nous ont dit avoir pris conscience et ont été marqués voire choqués par:

- la composition nutritionnelle de certains aliments, (notamment d'aliments non recommandés),
- les conséquences d'une mauvaise alimentation (anorexie, obésité entre autres) ou les bienfaits de tels ou tels comportements.,
- le pouvoir de la publicité.

Par « élèves marqués » nous entendons « élèves choqués », mais aussi des élèves sur qui s'est opérée une prise de conscience qui les a amenés à réfléchir sur l'alimentation d'une manière globale et/ou sur leurs propres comportements alimentaires.

➤ **Cours**

Une lycéenne nous a dit regarder désormais la composition des aliments chez elle, et notamment les lipides depuis qu'elle a abordé le thème de la nutrition en cours de SVT. Elle nous a également dit avoir appris qu'elle faisait des erreurs lorsqu'elle faisait des régimes, en pensant qu'elle ne pouvait pas manger certains aliments, désormais elle les mange : « *ma mère me faisait du poisson, des patates bouillies, quand elle faisait ça je voulais pas le manger en fait, j'ai appris que c'était mieux pour moi* ».

Une élève dans un collège nous a parlé de cours de SVT portant sur la nutrition et plus particulièrement sur une « fiche » selon ses dires, remise par le professeur et présentant apparemment la teneur en calories des aliments. Elle nous a dit s'en servir quelquefois : « *Parce que des fois quand je vois quelque chose qui me paraît lourd, par exemple une banane ça me paraît lourd, on en mange une, après on est calé, mais après quand j'ai regardé, je sais plus combien elle fait de calories mais je trouve pas que c'est énorme, c'est pour ça maintenant je, y'a des trucs qu'avant je mangeais pas que maintenant ça me dérange pas de manger... parce que je me rends compte qu'en fait... (Phrase non terminée par l'élève)* ».

B. Impact du projet sur les élèves impliqués dans la mise en place du projet

Les entretiens menés avec les élèves impliqués font ressortir des points tout à fait intéressants, notamment concernant l'impact de leur participation à l'action sur leurs comportements alimentaires. Le tableau présenté en Annexe 8 présente en détail l'impact du projet dans les différents établissements.

Ce tableau nous permet de nous rendre compte que l'impact est différent selon les élèves, car chacun a une relation particulière à l'alimentation et des comportements alimentaires qui lui sont propres.

Mais on s'aperçoit qu'il existe chez ces élèves une prise de conscience de l'importance de la nutrition d'une manière globale ou de points particuliers : importance du petit-déjeuner, influence des médias, etc. Il est intéressant à ce propos de noter le fait que certains élèves ont été « choqués » selon leurs dires face à des images et/ou des compositions d'aliments dont ils n'avaient pas vraiment conscience auparavant (les chocolatinnes pour certains élèves).

Contrairement à ce que l'on aurait pu croire, l'impact est aussi important chez les élèves qui se sont d'abord impliqués du fait de leur intérêt pour la nutrition (qui cherchaient à obtenir des informations à titre personnel), que chez les élèves impliqués pour d'autres raisons (par exemple pour être avec leurs camarades).

Ce qu'il est également intéressant de constater est que l'impact se produit par étapes.

En effet, ces élèves se sont impliqués pour des raisons qui leur sont propres, et parce que les ateliers proposés répondait à une attente de leur part : participer au festival des lycéens, être dans le club santé lieu d'expression qu'on ne retrouve pas forcément ailleurs dans le collège, etc.

Les ateliers étaient donc attractifs pour ces élèves, favorisant ainsi leur écoute lors de séances d'informations. Les discussions et la prise de parole étaient également facilitées par le petit nombre d'élèves impliqués dans chaque établissement.

On pourrait donc établir le schéma suivant :

Action attractive (répond à des attentes des élèves envers le thème de la nutrition ou pour d'autres raisons personnelles, sort de l'ordinaire et du cadre strict des cours) → intérêt grandissant ou naissant des élèves → écoute → prise de conscience → réflexion sur des comportements propres qu'ils jugent à modifier → modification progressive de ces comportements ou de certains d'entre eux.

Enfin, participer à la gestion du foyer ou aux actions d'accompagnement pédagogique leur a permis d'apprendre, d'acquérir de l'expérience et des responsabilités.

Discussion et Pistes d'action

Les résultats présentés dans ce rapport reflètent l'avis des élèves vis-à-vis du projet « Amélioration de l'offre alimentaire (hors restauration scolaire) et accompagnement pédagogique » mené dans le cadre du *Programme Nutrition, Prévention et Santé des enfants et adolescents en Aquitaine*, mais aussi sur les actions nutrition globales menées au cours de leur scolarité. Ces critiques, qu'elles soient positives ou négatives, permettent, d'une part, de faire émerger les méthodologies et types d'actions qui permettent un réel investissement et une satisfaction des élèves, et, d'autre part de mettre en avant les points à améliorer dans la mise en place des actions. Tout ceci, afin d'impacter plus largement sur le comportement des adolescents. Il ne s'agit pas de porter un jugement sur les actions mises en place par les chargées de projet ou les membres des équipes éducatives rencontrés, mais d'essayer de faire évoluer les méthodes utilisées afin qu'elles soient plus adaptées à un public de collégiens et de lycéens.

➤ ACTIONS SUR L'OFFRE ALIMENTAIRE

Aux vues des résultats précédents et de l'acceptation du projet par une grande majorité des élèves, une modification de l'offre alimentaire dans un établissement du second degré est tout à fait envisageable. Cependant, pour s'assurer de l'adhésion des élèves, il est nécessaire de prendre en compte certaines modalités/conditions :

D'une part, le souhait des élèves face à l'offre proposée au foyer, c'est-à-dire : produits de bon rapport qualité prix, effet de satiété important, produits variés et faciles à consommer, produits ayant une image de liberté. Cependant, il est important de préciser que l'ensemble de ces critères mentionnés par les élèves ne sont pas forcément synonymes de « produits gras et/ou sucrés ». En effet, certains adolescents prennent plaisir à consommer des fruits ou des pains de qualité et sont déjà sensibles aux effets néfastes du grignotage ou de la consommation excessive de produits gras et sucrés.

D'autre part, pour que les élèves ne vivent pas ce changement comme imposé par l'établissement, celui-ci ne doit pas être radical et pourrait alors être basé sur une « diversification » et non une « substitution ». En effet, l'intégration de nouveaux aliments pourrait être progressive, permettant ainsi de proposer une variété aux élèves. Alternier des aliments recommandés et d'autres moins recommandés a été envisagé par certains établissements du projet : ceci peut être également une solution pour faciliter l'acceptation du projet par les élèves. Une autre possibilité pourrait être de proposer des aliments moins recommandés, tels que des viennoiseries ou barres chocolatées lors d'occasions particulières : veille de vacances scolaires par exemple. Il est aussi important de tenir compte du fait que dans certains établissements (notamment les lycées), des élèves sont déjà de « jeunes adultes » et souhaiteraient qu'on leur laisse la responsabilité de leurs choix alimentaires.

De plus, changer l'offre alimentaire lors de la récréation de 10h n'est pas anodin : il faut tenir compte du fait que certains élèves ont des habitudes d'achat et de consommation dont ils ne comprennent pas qu'elles puissent être stoppées ou changées sans explication. C'est pourquoi ce changement d'offre doit être largement justifié aux adolescents à travers des actions de communication et d'accompagnement pédagogique. De même, il pourrait être intéressant d'impliquer les élèves dans le choix des aliments à mettre à disposition : une liste de produits recommandés et disponibles pour chaque établissement à des prix attractifs pour les élèves pourrait alors être établie, leur permettant de choisir des aliments et boissons qu'ils souhaiteraient se voir proposés.

De même, le contexte marchand dans lequel se situe la vente peut engendrer des comportements d'incitation à la consommation. Une sensibilisation des « vendeurs » (élèves ou équipe éducative) à l'équilibre alimentaire et aux objectifs propres du projet pourrait limiter ces excès.

Concernant les fruits, très peu d'établissements ont tenté et pérennisé leur vente au foyer des élèves, par peur de pertes financières. Or, cette enquête a permis de souligner que les élèves ne sont pas réticents à une vente de fruits au foyer des élèves et sont prêts à les consommer, contrairement à ce que peuvent penser certains membres des équipes éducatives. Faire part de

ces résultats aux membres des équipes éducatives et les sensibiliser à nouveau à l'importance de consommer des fruits pourrait limiter les idées reçues et ainsi favoriser l'installation d'une vente de fruits dans leur établissement. Cependant, la sensibilisation des équipes éducatives ne suffit pas : il est nécessaire que ce projet s'insère dans un projet global de l'établissement, impliquant le restaurant scolaire. Le foyer des élèves pourrait alors profiter des tarifs appliqués au restaurant scolaire ainsi que du matériel de stockage, permettant ainsi de vendre des fruits de meilleure qualité à des prix attractifs, tout en limitant le risque de pertes financières.

Un partenariat avec la filière agricole permettrait aussi aux établissements de bénéficier des tarifs de vente directe ainsi que de fruits de qualité. Cependant, il faut souligner que la discontinuité de production, l'éloignement de certains établissements avec des producteurs locaux, la commande de fruits en petite quantité, ainsi qu'une logistique lourde dissuadent la plupart des établissements à privilégier cette filière. Il serait alors pertinent de solliciter les instances régionales de la filière agricole afin d'envisager des solutions, voire l'inclusion de ces établissements dans l'opération « Un fruit pour la récré » (opération menée par le Ministère de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Pêche permettant la distribution gratuite d'un fruit par élève et par semaine). Enfin, pour les établissements ne souhaitant pas s'investir dans une vente de fruits frais, il est important de leur rappeler que des alternatives existent : vente de compotes (sans sucres ajoutés et sans colorant ou conservateur), ou de purs jus de fruits, aliments demandés et appréciés par les élèves.

➤ ACCOMPAGNEMENT PEDAGOGIQUE

L'acceptation du projet par les élèves est fortement dépendante de la communication et de l'accompagnement pédagogique associé aux actions de changement de l'offre alimentaire. C'est en effet cet accompagnement qui permet d'expliquer les objectifs du projet aux élèves, de les sensibiliser à l'équilibre alimentaire, et de ce fait, de les faire adhérer au projet, de les rendre critiques face à leur choix alimentaire.

De manière générale, cette expérience montre que **la simple diffusion des recommandations nutritionnelles** du PNNS (connues mais pas forcément comprises des élèves) **ne suffit pas** à impliquer un changement de comportement alimentaire chez les jeunes. En effet, comme cela a été réalisé dans le projet, il est important d'y **associer des actions d'éducation à la santé** expliquant clairement et concrètement ces recommandations et **impliquant des élèves**. Il est vrai que l'éducation par les pairs (implication d'élèves dans la diffusion de messages) a rencontré un franc succès auprès des élèves (acquisition d'expérience et de responsabilités) et des équipes éducatives ; cette expérience est donc à renouveler. Il s'agit de **favoriser le côté ludique** (convivialité, amusement, originalité) et mettre en avant **l'aspect plaisir** de l'alimentation, ne pas focaliser toutes les actions sur le mode de l'interdit et sur l'aspect « santé », qui n'est pas une préoccupation première chez les adolescents. En effet, lorsque les actions présentent des éléments attractifs pour les élèves, qu'elles sortent du cadre habituel des cours et portent sur des sujets plus « concrets », elles favorisent leur écoute, suscitent leur intérêt et peuvent les amener à une **prise de conscience** et ainsi à réfléchir, voire modifier certaines de leurs habitudes.

Cependant, une des limites de cette méthodologie (Education par les pairs) peut être une diffusion limitée du message. En effet, dans certains établissements, l'organisation interne du projet, la difficulté de combiner les différents emplois du temps ou encore le mode de diffusion choisi, n'a pas permis une diffusion du message à toutes les classes et à tous les élèves, limitant alors l'impact du projet. Il conviendrait alors de trouver des solutions afin de que les messages puissent être **diffusés à plus grande échelle**, à l'ensemble des élèves de l'établissement. Une des solutions (déjà envisagée par certains établissements) pourrait alors être de combiner à la fois ces actions d'éducation à la santé impliquant un groupe d'élèves volontaires et la diffusion des recommandations nutritionnelles par les enseignants, dans le cadre des programmes scolaires. Plusieurs matières étudiées intègrent effectivement des notions concernant la nutrition (Sciences de la Vie et de la Terre (SVT), Education Physique et Sportive (EPS), matières spécifiques à des sections spécialisées dans les carrières sanitaires et sociales notamment) et d'autres pourraient utiliser ce thème comme sujet d'information ou de débat (langues étrangères, communication, arts plastiques...).

D'autre part, il semble également indispensable que les **actions menées soient cohérentes** au sein de l'ensemble de l'établissement :

- harmonisation des messages et discours diffusés aux élèves quelque soit la personne les délivrant (infirmière scolaire, enseignant, intervenants extérieurs, ...),
- incitation des équipes éducatives à montrer l'exemple en respectant eux-mêmes les recommandations face aux élèves,
- concordance de l'offre alimentaire au restaurant scolaire comme au foyer des élèves, avec les recommandations nutritionnelles.

Cette cohérence donne, aux yeux des élèves, plus d'importance et de pertinence au projet, et rend alors plus facile leur adhésion. Par conséquent, et afin de faciliter la pérennisation du projet dans les établissements, il semble important d'intégrer ce projet dans **une dynamique globale** et que l'ensemble de l'équipe éducative, du personnel médical et de restauration scolaire y adhèrent.

Continuer à impliquer des élèves pour que chaque année de nouveaux élèves prennent le **relais** permettrait de pérenniser le projet : impliquer dans le message à diffuser aux autres, dans la vente, mais aussi pourquoi pas dans l'observation des comportements, de recueil de l'avis des élèves par le biais de sondages par exemple, etc. pour réajuster le projet si besoin.

De plus, un travail plus approfondi avec les enseignants pourrait alors être envisagé afin de leur apporter une aide méthodologique : ils pourraient alors intégrer le thème de la nutrition dans le cadre de leur enseignement. Ainsi, les établissements deviendraient **autonomes** pour mener le projet, le renouveler d'une année scolaire à l'autre, en adaptant les modalités selon leur souhait et les attentes des élèves.

En outre, il semblerait intéressant de travailler en lien avec le personnel infirmier et les surveillants des internats sur le grignotage important des élèves après le diner : essayer de comprendre et agir sur les mécanismes à l'œuvre (ennui, dîner à 18h30,...) dans les comportements alimentaires des internes.

De plus, comme déjà envisagé par les coordinateurs du programme aquitain, l'implication des instances régionales et départementales compétentes en restauration collective et à charge de la mise à disposition d'installation/matériel dans les établissements scolaires (conseils généraux et Conseil Régional, notamment) faciliterait grandement la mise en place d'un projet cohérent et plus global intégrant alors :

- l'installation de fontaines à eau,
- un travail sur la qualité nutritionnelle des repas et de l'offre en fruit au restaurant scolaire, en lien avec le personnel de restauration,
- une incitation à la pratique de l'activité physique, en facilitant la mise à disposition d'installations sportives (et notamment dans les établissements ayant un internat).

Enfin, lors de l'adolescence, les comportements alimentaires sont soumis à diverses influences (médias, famille, amis) et revêtent des significations particulières selon les contextes de consommation (au domicile, dans l'établissement scolaire, entre amis) (cf. rapport annexe intitulé « CONTEXTES ET SITUATIONS INFLUENÇANT LE COMPORTEMENT ALIMENTAIRE DES ADOLESCENTS ».). Ainsi, traiter le thème de la nutrition avec les adolescents, fait émerger d'autres thèmes qui pourraient alors être abordés plus précisément lors des actions d'accompagnement pédagogique :

- le **rapport au corps /image de soi** : regard des autres, rôle des médias et des relations sociales, respect de l'autre, se sentir bien avec soi-même et avec les autres, les régimes,
- les **troubles du comportement alimentaire** : plus particulièrement l'anorexie, la boulimie, sujets source de questionnement et d'incompréhension chez les adolescents qui en sont témoins. Ces deux thèmes sont des sujets « sensibles », qui peuvent faire ressortir un mal-être plus profond chez certains adolescents, et doivent donc être abordés en présence d'un professionnel de santé (infirmière, médecin ...).

La concrétisation de ces pistes d'action ne pourra se faire qu'en collaboration avec les acteurs de terrain et toutes autres personnes concernées par le projet. En effet, seule leur expérience permettra d'évaluer la faisabilité de telles actions à l'échelle d'un établissement scolaire.

Conclusion

Le projet d'amélioration de l'offre alimentaire au foyer des élèves associée à des actions d'accompagnement pédagogique a conduit à l'apparition d'aliments plus recommandés dans les établissements impliqués et à la mise en place d'actions d'éducation pour la santé en lien avec des élèves volontaires. L'enquête sociologique réalisée et faisant l'objet de ce rapport a permis de faire apparaître des points de vue divergents selon les élèves et les établissements. Certains élèves ont en effet été plus réceptifs que d'autres aux actions nutrition, expliquant alors les différences d'impact sur leur comportement alimentaire.

L'impact qu'a pu avoir le projet sur les adolescents est lié, d'une part à l'adhésion des élèves à ce projet, d'autre part au fait que ces élèves aient été impliqués ou non dans la mise en place des actions et, globalement, à la manière dont l'établissement s'est approprié ce projet. Lorsqu'il y en a un, l'impact des actions sur les élèves s'est fait à plusieurs niveaux :

- apport de connaissances sur la nutrition, et la gestion de projet,
- réflexion sur la nutrition de manière générale et/ou sur son alimentation,
- changements d'habitudes alimentaires.

D'une manière générale, il est assez difficile d'évaluer l'impact réel d'un tel projet sur le comportement alimentaire des adolescents. Cependant, la complémentarité de l'approche qualitative (basée sur les sciences humaines) et quantitative (questionnaire transmis avant et après la mise en place des actions) assure le recueil d'un maximum d'éléments permettant d'évaluer le projet et d'élaborer des pistes d'amélioration des actions menées. (Les résultats de l'enquête quantitative font l'objet du rapport qui sera diffusé au cours de l'année 2011).

Cette enquête sociologique est, en effet, apparue essentielle pour apporter des pistes de réflexion aux acteurs de santé publique et aux membres des équipes éducatives qui souhaitent pérenniser le projet et mener plus largement des actions sur le thème de la nutrition auprès des adolescents. En effet, toute la difficulté de mener des actions efficaces réside dans la manière dont elles sont menées. Attirer l'attention des élèves qui sont avant tout des adolescents (âge auquel peu d'importance est accordée à la santé) et susciter leur intérêt, permet ainsi de favoriser leur écoute, afin d'amener chez eux une réflexion, voire un changement de comportements s'ils le jugent nécessaire.

Enfin, le succès des actions d'éducation à la santé auprès d'adolescents pourrait être assuré par la mise en place d'actions cohérentes, complémentaires avec l'éducation alimentaire prodiguée par la famille et impliquant l'ensemble des acteurs de l'établissement, des différents espaces de vie de l'adolescent et des services des collectivités territoriales compétentes.

Grille d'observation

1) Première observation

a) Se rendre dans les établissements avant le début de la vente pour observer:

- L'organisation du foyer dans son ensemble
- S'il y a des affiches, des supports portant sur le projet et sur le thème de l'alimentation, nutrition
- Demander si des affiches ou autres supports sur le projet sont installés ailleurs dans l'établissement.
Si oui, aller voir dans quels endroits et demander pourquoi à ces endroits là : endroits stratégiques.
- Qui se charge de réceptionner ou d'aller chercher les aliments
- Demander pourquoi ce type d'aliments est à la vente : choix du comité de pilotage interne de l'établissement, demande des élèves, y'a-t-il eu une évolution de l'offre, reste-t-elle identique toute l'année scolaire ou bien change-t-elle selon les saisons, les semaines, y'at-il des perspectives d'évolution de l'offre, etc...
- Qui se charge d'installer et de quelle manière
- Qui vend
- Que fait la personne des invendus

b) Lors de la vente

- Les pratiques d'achat
 - Qui vient acheter ? Regarder s'il s'agit de filles, de garçons, si des membres du personnel de l'établissement viennent acheter en même temps que les élèves.
 - Les élèves viennent-ils plutôt seuls ou en groupe ?
 - Quelles sont les quantités achetées: un ou plusieurs petits pains et/ou fruits ?
 - Les élèves consomment-ils les aliments dans le foyer ou à l'extérieur ?
- Les interactions
 - Regarder les comportements des acheteurs entre eux.
 - Ecouter les éventuels commentaires.
 - Regarder comment se comportent les « vendeurs » : incitent-ils à l'achat, donnent-ils des conseils sur l'alimentation, la nutrition, etc... ?
- L'« ambiance » du foyer des élèves : peut-on dire qu'il s'agit d'un lieu à part dans l'établissement scolaire, qui appartient aux élèves ?

2) Observations suivantes

- Regarder les mêmes choses que lors de la première observation.
- Réaliser des « micros-trottoirs » à l'aide des questions suivantes (dans les établissements qui nous l'autoriseront) :
 - Depuis quand viens-tu acheter des fruits et/ou des petits pains ?
 - Pour quelle raison ?
 - En achètes-tu tous les jours ?
 - Que penses-tu de cette vente ?
 - Manges-tu seul(e) ou partages-tu avec les autres ?

Guide d'entretien collectif

Introduction

- Nous **présenter** en donnant nos noms, prénoms, fonctions et **préciser ce qu'est un sociologue** (spécialisé dans le domaine de l'alimentation).
- Dire que nous faisons partie du **programme Nutrition, Prévention et Santé des Enfants et Adolescents en Aquitaine**, dans le cadre duquel l'établissement a accepté un projet d'offre alimentaire le matin à 10h.
- Préciser notre **objectif** en tant que sociologues dans ce projet: recueillir l'opinion des adolescents, sans les juger d'aucune manière.
- C'est ainsi que nous avons choisi d'aller dans **chaque établissement impliqué** dans le projet (environ 30) et de procéder à des **discussions collectives** comme celle-là, afin de permettre aux adolescents de s'exprimer.
- Préciser que nous procédons également par des **observations** lors de la vente et par des **entretiens avec les adolescents impliqués dans le projet**, dans sa mise en place globale et/ou dans la vente.
- De plus, nous ne sommes **pas là pour attendre des bonnes ou des mauvaises réponses**, mais pour discuter, permettre leur **libre expression**. Ce que nous attendons est un **échange entre eux et nous mais aussi entre eux**, même s'il y a des désaccords ou des opinions contraires, le **débat** est toujours intéressant.
- Il ne faut donc surtout **pas qu'ils aient peur de s'exprimer**, au contraire toutes les réponses et idées sont les bienvenues car elles seront toutes enrichissantes.
- La discussion se déroulera selon **plusieurs thèmes** :
- Nous aborderons tout d'abord la manière dont vous avez **accueilli le projet** dans l'établissement et ce que vous pensez des **différents intervenants** et de leurs actions.
- Nous aborderons ensuite le sujet de **l'offre alimentaire** qui vous est proposée dans le cadre de ce projet et des **conséquences éventuelles sur vos comportements alimentaires**.
- Puis nous parlerons ensemble de votre **opinion sur ce projet** dans sa globalité et du **lien entre l'alimentation et la santé**.
- Tout ceci à l'aide d'un **support d'images** que nous avons créé et sur lesquels nous vous demanderons de vous exprimer.
- La discussion sera **enregistrée** à l'aide de **deux dictaphones**, ceci afin de recueillir le plus fidèlement possible les informations, mais **l'anonymat** de chacun sera bien évidemment respecté.
- Nous ferons une **pause** lors de l'entretien...

Questions préalables

Faire un tour de table en demandant à chaque ado de se présenter brièvement et leur demander d'inscrire leur prénom sur un papier que nous aurons posé au préalable devant chacun d'entre eux.

Thème 1 Accueil du projet et opinion sur les différents intervenants

- **Pouvez-vous nous dire de quelle manière vous avez entendu parler du projet pour la première fois ?**

Dans quelles circonstances (et/ou contexte), par qui, etc. ? Comment vous a-t-il été présenté ?

Qu'en avez-vous pensé à ce moment là ?

D'autres actions sur ce thème avaient-elles été réalisées auparavant dans l'établissement scolaire ? (voir de ce fait si les ados l'ont vécu comme une imposition supplémentaire, s'ils ont au contraire apprécié le fait qu'il y ait une mesure concrète, etc.)

Pouvez-vous nous raconter ce que vous avez observé comme actions dans le cadre de ce projet ? Ou d'autres actions que la vente ont-elles été organisées en parallèle ?

✚ Supports affichages

Vous souvenez-vous de cette affiche ?

Dans quels endroits a-t-elle été apposée ?

Qu'en pensez-vous ? (Vous a-t-elle incité à aller acheter des aliments au foyer) ?

- **Que pensez-vous de l'implication des différents intervenants dans le projet (adultes et élèves), depuis la mise en place du projet jusqu'à aujourd'hui dans le cadre de la vente quotidienne (si c'est le cas)?**

✚ Supports photos de la vente dans les établissements qui l'autoriseront

- Quelqu'un a-t-il quelque chose à rajouter sur ce thème ?

Thème 2 Opinion sur l'offre et impact sur les comportements alimentaires

- **Que pensez-vous de l'offre proposée au foyer des élèves/maison des lycéens ? Pourquoi ? Que ce soit en termes de type d'aliments proposés et de prix. Puis d'une manière globale.**

Cette offre vous satisfait-elle ? Pourquoi ?

Correspondait-elle à une attente de votre part ? Pourquoi ?

Que pensez-vous des quantités proposées ?

- **Qui parmi vous en achète et en consomme?** Puis demander quelles sont :
 - les habitudes d'achat (régulières, exceptionnelles, combien d'aliments achetés pour soi, aliments achetés pour le groupe, etc.)
 - les habitudes de consommation (au foyer, à l'extérieur, conso directe, différée, seul ou en groupe)

Avez-vous pris l'habitude de consommer ce genre d'aliments à d'autres moments de la journée dans l'établissement scolaire (ex des fruits le midi à la cantine), ou à l'extérieur ?

- ✓ Maison : avec les habitudes alimentaires de la famille (les ados sont-ils devenus des prescripteurs ?)
- ✓ Avec le groupe de pairs : qui souvent incite la prise d'aliments que l'on peut partager (bonbons, gâteaux, chips, etc.). Ici pourraient surgir des différences entre vente au sein de l'établissement scolaire et hors établissement: achat de fruits et/ou de petits pains pour partager avec le groupe de pairs, mais à l'extérieur ?
- ✓ Cela pourrait mener à la question de la disponibilité des aliments induite par l'offre proposée : selon les établissements : si l'on vendait ou si l'on remettait des viennoiseries à la vente, qu'en penseriez-vous ?
- ✓ Dans tout autre contexte de consommation (ne pas publier l'influence de l'abondance de l'offre alimentaire, la publicité, etc.)

Quelle que soit la réponse, leur demander d'expliquer pourquoi : offre en elle-même, rôle de l'accompagnement pédagogique, etc.

Essayer à ce moment là de déterminer les moteurs et/ou les freins à la reproduction du comportement dans d'autres contextes.

Ou bien : consommiez-vous déjà auparavant ce type d'aliments, dans l'établissement scolaire et/ou dans d'autres contextes ?

- **Pensez-vous que ce projet a provoqué chez vous ou chez vos camarades un changement de comportement vis-à-vis de l'alimentation d'une manière globale ou sur certains points en particulier ?** Savoir si des habitudes peuvent être modifiées à cette période de la vie où elles sont déjà bien ancrées.

→ Photos « Que vous évoque... » : présentation de différents aliments et boissons ; fruits, barres chocolatées, petits pains, viennoiseries, bonbons, thé, café, soda, eau, jus de fruits, etc...

→ Photos « Si vous aviez le choix... » (entre les repas, à différents moments de la journée, selon les saisons, les lieux...), avec les mêmes photos d'aliments et de boissons.

- Souhaiteriez-vous voir vendus d'autres aliments en plus de ceux-là ? Pourquoi ?
- Quelqu'un a-t-il quelque chose à rajouter sur ce thème ?

Thème 3 Sens donné au projet

- **Pourquoi pensez-vous que ce projet a été mis en place dans votre établissement scolaire ?**

Le trouvez-vous utile ? Nécessaire ? Pourquoi ?

Vous sentez-vous directement concerné par le projet ? Pourquoi ?

Que pensez-vous du fait qu'il ait été mis en place dans le foyer des élèves/maison des lycéens ?

- **Quels sont selon vous les points positifs et les points négatifs ?**

Noter sur un tableau, puis demander aux ados des suggestions pour améliorer les points négatifs (les mettre à contribution en leur disant qu'il est important de connaître leur avis afin de pouvoir leur proposer des actions qui les intéressent et qui soient efficaces) : peut permettre de voir si les ados s'intéressent à la question de l'alimentation et s'ils pensent qu'il est nécessaire de mener ce genre d'actions envers eux.

- Auriez-vous aujourd'hui des attentes vis-à-vis du projet ?
- Si vous deviez conseiller une ou plusieurs personnes sur l'achat et la consommation de ces aliments, à qui vous adresseriez-vous et que lui/leur diriez-vous ?
- Si vous deviez parler du projet à quelqu'un qui ne le connaît pas du tout, que lui diriez-vous ?
- Avez-vous observé des changements dans l'établissement scolaire depuis que le projet a été mis en place ? (savoir si pour eux il représente une action parmi d'autres, ou bien s'il représente quelque chose à part) :
 - ✓ Changements d'une manière globale par rapport à l'alimentation ou tout autre point
 - ✓ Changements chez les adultes, membres de l'équipe éducative, personnel de cantine, etc.
 - ✓ Changements chez les élèves
- Si oui, pour vous, représentent-ils des changements positifs ?

Thème 4 La relation alimentation/santé

- **L'alimentation d'une manière générale représente-t-elle un thème qui vous intéresse ? Pourquoi ?**
- Que pensez-vous des actions qui sont mises en place sur le thème de l'alimentation/nutrition d'une manière générale ?
- Et sur celles qui visent plus spécifiquement les adolescents ?
- Que pouvez-vous nous dire sur le lien entre l'alimentation et la santé ?
- Qu'est-ce qu'un aliment « bon pour la santé » pour vous ? *Ou à aborder lors de la présentation des aliments sur le diaporama.*
- Quelqu'un a-t-il quelque chose à rajouter sur ces deux derniers thèmes ?

Pour terminer

Souhaiteriez-vous rajouter quelque chose sur le projet et/ou sur le thème de l'alimentation que l'on n'a pas abordé dans cette discussion ?

Conclusion

Nous vous remercions vivement d'avoir participé à cette discussion. Nous établirons une synthèse de celle-ci, des entretiens individuels et des observations, si vous le souhaitez, nous pourrions vous la faire parvenir.

Supports visuels pour les entretiens collectifs



Guide d'entretien individuel

Guide d'entretien individuel

Introduction

- Nous **présenter** en donnant nos noms, prénoms, fonctions et **préciser ce qu'est un sociologue** (spécialisé dans le domaine de l'alimentation).
- Dire que nous faisons partie du **programme Nutrition, Prévention et Santé des Enfants et Adolescents en Aquitaine**, dans le cadre duquel le lycée a accepté un projet d'offre alimentaire le matin à 10h.
- Préciser notre **objectif** en tant que sociologues dans ce projet : recueillir l'opinion des adolescents, sans les juger d'aucune manière.
- C'est ainsi que nous avons choisi d'aller dans **chaque établissement impliqué** dans le projet (environ 30) et de procéder à des **discussions collectives**, des **observations** lors de la vente et par des **entretiens avec les adolescents impliqués dans le projet**, dans sa mise en place globale et/ou dans la vente.
- De plus, nous ne sommes **pas là pour attendre des bonnes ou des mauvaises réponses**, mais pour discuter, permettre leur **libre expression**.
- Il ne faut donc surtout **pas qu'ils aient peur de s'exprimer**, au contraire toutes les réponses et idées sont les bienvenues car elles seront toutes enrichissantes.
- La discussion sera **enregistrée** à l'aide **d'un dictaphone**, ceci afin de recueillir le plus fidèlement possible les informations, mais **l'anonymat** de l'élève sera bien évidemment respecté.
- Si l'élève n'a **pas envie de répondre à certaines questions** ou s'il veut **arrêter l'entretien**, il en a tout à fait le droit.
- L'entretien durera environ 30 à 45 minutes.

Questions préalables

Peux-tu te présenter brièvement ? Age, classe, centres d'intérêts, activités dans l'établissement scolaire en dehors du cadre strict des cours : adhérent à un club, délégué de classe, membre de la commission menu par exemple, etc...

Profession des parents.

Thème 1 Accueil du projet et motivations

- Peux-tu me dire de quelle manière tu as entendu parler du projet ? Qui, quand, à quelle occasion ?
- Etais-tu dans l'établissement l'année dernière ?
- D'autres actions sur le thème de l'alimentation/nutrition étaient-elles organisées auparavant ?
- Qu'en as-tu pensé à ce moment là ?
- D'autres actions ont-elles été organisées en parallèle (accompagnement pédagogique) ?
- Qu'est-ce qui t'a poussé à t'impliquer (aujourd'hui et pas l'année dernière) ?

Thème 2 Actions dans le projet

- Peux-tu me dire à quelles actions tu participes/de quoi es-tu responsable ?
- Comment fais-tu pour gérer ton temps, entre les cours, les devoirs et ta participation au projet ?

- Comment t'adresses-tu à tes camarades lors de tes actions dans ce projet ? Quelles sont leurs réactions ?
- Qu'est-ce qui te plaît dans ce que tu réalises et qu'est-ce qui te plaît moins ?
- Peux-tu me raconter de quelle manière les autres élèves ont réagi ou réagissent face aux différentes actions qui concernent le projet : lors de la mise en place, de l'accompagnement pédagogique, de la vente quotidienne, etc...
- Comment réagissent-ils d'une manière globale et face aux adolescents impliqués ?

Thème 3 Manière de jouer son rôle auprès des autres

- Peux-tu me dire avec qui tu as travaillé/tu travailles dans le cadre du projet :
 - membres de l'équipe éducative,
 - accompagnement pédagogique avec éducateurs extérieurs,
 - autres élèves impliqués.
- Comment as-tu été « préparé », formé, pour effectuer tes actions et parler à tes camarades ? Ou quelles ont été les consignes (ex se laver les mains avant la vente) ?
- Comment se déroulent les différentes tâches que vous réalisez ensemble : qui fait quoi, quelle est la part de responsabilité accordée à l'élève, etc...
- Que penses-tu de l'implication des adultes (membres équipes éducatives/éducateurs extérieurs) dans ce projet ? Quelles ont été/sont vos relations ?
- As-tu le sentiment que l'avis des élèves est pris en compte ?
- Quelles sont tes relations avec les autres élèves impliqués ?
- Que pensent tes camarades (proches et autres) de ton implication dans ce projet ?
- Tentent-ils de les inciter à acheter des fruits et/ou des petits pains ? Le sujet de l'alimentation est-il devenu un sujet de discussion entre vous ?
- Parles-tu de ton implication dans ta famille ?
- En es-tu fier(e) ?

Thème 4 Impact sur les comportements alimentaires

- Penses-tu que le projet, l'action, a un impact réel sur tes camarades ? : réflexion, changement de comportement, etc.
- A-t-il selon toi réussi à toucher tous les élèves de l'établissement ou quelques-uns ?
- As-tu observé un changement également au niveau des adultes : membres de l'équipe éducative, personnel de cantine, etc.
- A-t-il créé une dynamique dans l'établissement autour du thème de l'alimentation, ou bien est-il arrivé en complément ?
- Achètes-tu toi-même des fruits et/ou petits pains ?
- Pourquoi : faim, souci de santé, pourquoi pas montrer l'exemple aux autres, etc.
- Le fais-tu à l'extérieur de l'établissement scolaire ? / Le faisais-tu avant ?
- Que penses-tu de cette offre d'une manière globale ?
- Penses-tu que le fait de t'impliquer a changé quelque chose dans tes comportements alimentaires d'une manière générale ? Ou avais-tu déjà opéré une réflexion et/ou modification auparavant (l'année dernière) ?

Thème 5 Opinion sur le projet et sur l'implication

- Que penses-tu de ce projet d'une manière globale ?
- Pourquoi selon toi a-t-il été mis en place ?

- Que penses-tu du fait qu'il ait été réalisé au sein du foyer des élèves/de la maison des lycéens ?
- Le trouves-tu utile ? Pourquoi ?
- Quels sont selon toi les points positifs et les points négatifs?
- Aurais-tu des suggestions à apporter par rapport au projet ou pourrais-tu proposer des perspectives qui permettraient un impact fort sur les comportements alimentaires des adolescents ?
- Au-delà de l'aspect « alimentaire », as-tu observé des changements dans l'établissement, les comportements, depuis que le projet a été mis en place ?
- Que penses-tu de ta participation ?
- Cela t'a-t-il donné envie de t'impliquer dans d'autres actions, sur le même thème ou sur d'autres ?
- Penses-tu que cela a changé autre chose chez toi ?

Pour terminer

Souhaiterais-tu rajouter quelque chose sur le projet ou sur ton implication, que l'on n'aurait pas abordé ou dont tu voudrais parler ?

Point de vue des élèves selon l'établissement : changement d'offre

| | |
|--|--|
| <p>Lycée Toulouse Lautrec</p> <p><i>Offre : petits pains aux pépites de chocolat</i></p> | <p>Les lycéens sont satisfaits d'avoir une vente de petits pains dans leur établissement car il n'y en avait pas auparavant. Cependant la plupart des élèves vus en entretien collectif ne <u>pensent pas que les élèves perçoivent réellement le message sanitaire</u> derrière cette vente.</p> <p>Ils évoquent le manque de communication ressenti sur les objectifs de la vente et selon une élève : « <i>ils n'ont pas été assez informés sur ça, sur les conséquences de ce que c'est de manger, enfin que c'est important de manger le matin et tout ça. C'était trop discret</i> ».</p> <p>Deux élèves impliquées depuis la mise en place du projet estiment que le projet est <u>utile</u> car lorsque les élèves ont faim cela leur permet de manger quelque chose de <u>recommandé</u>. Une élève nous a cependant dit avoir eu des doutes au départ : « <i>au début quand je voyais qu'ils vendaient des petits pains au chocolat, je me suis dit mais, enfin pour l'équilibre alimentaire c'est bon ou quoi ? Et puis en fait oui, enfin c'est pas déconseillé quoi. S'ils font la vente c'est que c'est bon aussi. Mais c'est vrai que ça serait des fruits, ils le verraient autrement je pense</i> ». Ces deux élèves pensent en effet que les lycéens <u>ne perçoivent pas forcément le message santé</u> qu'il y a derrière la vente de petits pains : « <i>je pense pas qu'ils voient ça par rapport à l'alimentation qu'on veut pour eux. Ils viennent, ils achètent leur pain, ils le mangent et ils pensent pas à pourquoi il y a cette vente. Je pense pas qu'ils savent qu'il y a un projet derrière</i> », « <i>je pense pas que ça va changer leur comportement non. Ils mangeront des petits pains mais à côté ils feront pas attention, ils mangeront tout ce qu'ils mangent d'habitude</i> », « <i>des fois quand on passe on entend dire que c'est bien qu'il y ait des petits pains à la récré. Ils disent ça fonctionne comme au collège. Mais au collège c'est pas pareil, c'est les chocolatines, c'est des trucs bien gras quoi, ils se rendent pas compte</i> ».</p> <p>Quand à leur propre situation, ces deux élèves estiment que leur implication <u>les a poussés à faire attention</u> ou encore plus attention à l'équilibre alimentaire. Pour un troisième élève impliqué, ce n'est pas le cas.</p> |
| <p>Lycée Blanquefort</p> <p><i>Offre : boissons chaudes, sodas, sirops, barres de chocolat, petits pains, confiture</i></p> | <p>Les élèves impliqués dans la vente avant le changement de l'offre ont un point de vue mitigé.</p> <p>Certains pensent que les élèves <u>se sont habitués</u> au changement et que ce dernier a pu <u>impacter sur certains d'entre eux</u>, d'autres sont <u>plus septiques</u> quand au nombre d'élèves qui ont pu être touchés. Dans tous les cas, les élèves n'ont pas protesté lors du changement, même si certains étaient déçus. Les élèves impliqués pensent qu'il a été <u>bien accepté</u>.</p> <p>Deux d'entre eux estiment que le projet <u>ne les a pas fait réfléchir à leurs propres comportements alimentaires</u>. Selon l'un d'eux : « <i>je suis un peu buté, disons qu'à partir du moment où je me suis dit que moi je suis pas d'accord, je suis partial devant les autres pour donner la bonne figure mais moi perso non, ça m'a pas fait réfléchir, je gère comme je l'entends ma propre vie, chacun a sa liberté, j'obligerai jamais personne à prendre des fruits à la place de quelque chose [...] je vois pas pourquoi, que quelqu'un prenne la responsabilité en fait de ma propre santé. Je supporte pas, j'ai l'impression que je suis un gamin...</i> ». Cet élève estime pourtant le projet <u>utile</u> au vu de l'alimentation de certains.</p> <p>Deux élèves trouvent comme <u>point positif les prix attractifs du foyer</u> qui poussent les élèves à acheter à cet endroit là et moins à l'extérieur du lycée, mais il estiment aussi <u>qu'il ne faut pas tout supprimer</u> : « <i>faut pas que ça soit les 2 extrêmes donc c'est</i></p> |

| | |
|--|---|
| | <p>bien d'être au milieu, d'avoir un peu de tout, autant des fruits, enfin des trucs bons pour la santé mais aussi des sucreries et des trucs un peu moins bons parce que le foyer c'est fait pour ça ». L'une d'entre eux trouve <u>positif le fait de modifier l'offre</u> qui « permet de faire changer un peu certains parce qu'il y en a beaucoup qui grignotent donc ça peut permettre de grignoter mais des trucs mieux, des aliments un peu mieux et ça nous permet de faire connaître autre chose, de varier, je trouve que c'est pas mal, c'est une bonne idée ».</p> |
| <p>LG Blaye</p> <p>Offre : petits pains nature ou céréales, barres de chocolat, café</p> | <p>Les élèves en entretien collectif ne <u>pensent pas que le changement de l'offre a réellement eu un impact sur les élèves</u>. Pour l'un d'entre eux : « s'il y a un impact il est vraiment minime, sur une catégorie de personnes, un nombre de personnes très restreint ».</p> <p>Pour un élève, il s'agit principalement du <u>manque de communication</u> : « parce qu'on peut faire des actions, si personne n'est au courant, ça sert strictement à rien. C'est ce qui se passe avec les petits pains ».</p> <p>Les élèves déjà impliqués dans la vente ne <u>savent pas</u> ou ne <u>pensent pas que les lycéens perçoivent le message santé</u> derrière la vente de petits pains. Cependant ils trouvent ce type de projet <u>utile</u>. Un de ces élèves nous a dit que les lycéens <u>n'ont pas apprécié le changement au départ</u>, car ils n'avaient <u>pas eu d'explications préalables</u> et que cela s'est produit <u>soudainement</u>.</p> <p>L'une d'entre elle estime que le fait de vendre des petits pains <u>n'a pas eu d'impact sur elle car elle dit avoir déjà une alimentation équilibrée</u>.</p> <p>L'un d'entre eux évoque comme point positif le fait pour les élèves d'avoir des aliments vendus à un <u>prix correct</u> au sein du lycée. Ainsi ils n'ont pas besoin d'acheter à l'extérieur.</p> |
| <p>LP Blaye</p> <p>Offre : petits pains nature ou céréales, barres chocolat</p> | <p>Les élèves en entretien collectif ont un avis mitigé sur le changement, mais d'une manière globale <u>ne pensent pas qu'il ait favorisé un changement de comportement</u>, ou une prise de conscience chez les lycéens : « non parce que si on a envie de manger une chocolatine le mercredi on va au marché, si on n'a pas envie de manger un petit pain on va chercher un panini ».</p> <p>Certains pensent que le projet est <u>bien</u>, mais qu'il <u>ne faut pas aller trop loin</u> : « G : perso moi après je sais me limiter, je sais ce qu'on doit prendre donc..., F : c'est bien mais il faut un juste milieu, F : oui c'est bien de faire attention à ce qu'on mange mais il faut pas pousser non plus ».</p> |
| <p>Lycée Brémontier</p> <p>Offre : petits pains avec barres chocolat ou fruits secs, jus de fruits,</p> | <p>Les élèves impliquées dans le projet ont une opinion positive de la vente de petits pains, mais aussi sur l'action d'une manière générale (elles ont organisé un petit-déjeuner équilibré pour les élèves de 1^{re}). Pour l'une, « la prévention se fait dès le plus bas âge pour justement adopter les meilleurs comportements ». Pour l'autre, « je pense que c'est un projet qui est très bien parce qu'il permet de réfléchir et de passer un message, même s'ils le savent, ça leur permet de rabâcher et ils se rendent compte qu'en fin de compte il y a peut être un but et puis quand on leur parle d'obésité, de maladie et tout, c'est à eux de faire le lien entre l'alimentation et ces problèmes par la suite... ». Elle estime elle aussi qu'il faut agir auprès des élèves <u>dès le plus jeune âge, en plus de la famille</u> qui doit apporter une éducation alimentaire.</p> <p>Il semblerait que malgré le fait que la vente était implantée depuis peu dans l'établissement scolaire, <u>une création d'habitude</u> se soit instaurée chez certains élèves. Il n'est cependant pas évident de dire s'ils ont perçu/compris le message qu'il y avait</p> |

| | |
|--|---|
| <p><i>possibilité pack pain/jus de fruit</i></p> | <p>derrière, ni même réfléchi ou changé leurs comportements alimentaires. En effet, selon une élève : « <i>ils doivent se dire ils veulent encore financer un voyage</i> ».</p> <p>Une élève impliquée évoque comme point positif la possibilité de pouvoir acheter à un <u>prix peu élevé des aliments recommandés</u> au sein de l'établissement. Elle évoque également le cas d'élèves qui disent acheter des petits pains <u>l'après-midi afin de les amener chez eux pour goûter et éviter de manger ainsi des aliments moins recommandés.</u></p> |
| <p>LP Tarnos</p> <p><i>Offre : petits pains aux pépites de chocolat ou fruits secs, lait aromatisé</i></p> | <p>Il est difficile de déterminer avec l'entretien collectif si le projet a eu un impact sur les élèves. Mais d'une manière globale, les élèves <u>n'ont pas été contents du changement de l'offre</u>, et pour la majorité, le goût des petits pains ne leur plaît pas, même ceux au chocolat. Il ne semble pas qu'une habitude d'achat et de consommation se soit créée chez eux.</p> <p>L'un d'entre eux estime qu'à leur âge ils ne se préoccupent pas de l'équilibre alimentaire, mangent ce qu'ils veulent et se « défoulent » donc pas un réel besoin de faire attention selon lui.</p> <p>Un élève qui a participé aux actions d'accompagnement pédagogique <u>pense que le changement a eu un impact sur les élèves</u>, mais que ces derniers iront <u>progressivement</u> vers les petits pains ; pour lui ce type de projet est <u>utile</u>.</p> <p>Une élève impliquée ne <u>pense pas</u> en revanche que l'amélioration de l'offre ait eu un <u>impact sur les élèves</u>.</p> |
| <p>LA Tonneins</p> <p><i>Offre : lait aromatisé, jus de fruits, thé, petits pains aux pépites chocolat, barres céréales, céréales, fruits, fruits secs, eau</i></p> | <p>Les élèves en entretien collectif, mais aussi l'élève qui était déjà impliquée dans la vente avant le changement soulèvent le fait qu'il a entraîné un <u>effet non désiré</u>. En effet, les élèves achètent moins de produits au foyer, mais semblent faire des « réserves », acheter en plus grande quantité en supermarché des produits peu recommandés, afin que ça leur revienne <u>moins cher et qu'ils se sentent « calés »</u>. Lorsque l'offre a été modifiée, les élèves n'étaient visiblement pas contents et selon une élève qui s'occupe de la vente, surtout ceux qui étaient habitués à l'ancienne offre.</p> <p>Cependant, ils estiment que le projet est <u>utile</u>, certains pensent qu'il vaudrait mieux montrer les problèmes liés à une mauvaise alimentation, plutôt que les atouts, mais aussi <u>travailler sur les aliments proposés et le rapport qualité/prix</u>.</p> <p>Une élève impliquée pense qu'il faut informer les élèves <u>dès le plus jeune âge</u>, aussi bien dans le cadre de la <u>famille</u> que de <u>l'institution scolaire</u>, afin qu'ils se dirigent vers des aliments recommandés pour la santé. En effet, modifier l'offre au foyer ne signifie pas interdire aux élèves d'amener des aliments de l'extérieur, il faut les informer tôt, afin qu'ils fassent par la suite <u>les bons choix</u>. Elle ajoute : « <i>et puis si nous on l'apprend à nos enfants, ils auront pas besoin d'avoir ces infos mais je veux dire ils le sauront directement, alors que nous on l'aura su, on le donnera à nos enfants qui le donneront à leurs enfants</i> ». Concernant l'offre, <u>elle n'arrive pas à déterminer si cela a eu un impact sur les lycéens</u>.</p> <p>Un autre élève impliqué pense que le projet dans sa globalité a <u>réussi à toucher les élèves</u>. Il ajoute que si ces derniers ne prennent pas en compte maintenant ce qui leur a été dit lors de l'accompagnement pédagogique ou le message derrière la vente, <u>ils le feront peut être plus tard</u>.</p> <p>L'élève impliquée dans la vente a le point de vue suivant sur le projet : « <i>je suis un peu entre les deux, pour moi si j'avais fait un truc comme ça j'aurais essayé de garder un peu les deux, garder un peu d'offre plus grasse, plus sucrée, parce que c'est toujours agréable, et proposer aussi une gamme plus diététique</i> ».</p> |

| | |
|--|--|
| <p>Lycée Chéraute</p> <p><i>Offre : barres chocolatées, boissons chaudes et fraîches, petits pains au chocolat ou jambon ou fruits secs</i></p> | <p>Les élèves en entretien individuel <u>ne pensent pas que mettre des petits pains à la vente ait eu un impact sur les lycéens</u>. Cependant, ils trouvent ce type de projet <u>utile</u>, de même que 2 élèves en entretien collectif pensent, qu'à <u>long terme</u>, il peut avoir un impact sur les élèves. Une lycéenne souligne cependant le fait qu'il est <u>nécessaire de faire plus de communication autour des objectifs</u> d'une vente de petits pains.</p> <p>Il n'y a pas eu dans cet établissement de changement de l'offre, une vingtaine de petits pains seulement étaient proposée aux élèves en plus de l'offre abondante de produits peu recommandés. De plus, les élèves évoquent aussi un manque de communication sur les objectifs de la vente de petits pains.</p> |
| <p>LP Coarraze</p> <p><i>Offre : boissons chaudes et fraîches, petits pains aux pépites de chocolat, muesli ou fruits secs, glaces</i></p> | <p>Certains élèves en entretien collectif estiment qu'un tel projet est <u>utile, s'il est bien expliqué</u>. Ils soulèvent également la nécessité selon eux d'agir d'abord sur ce qui leur est proposé à la <u>cantine scolaire</u>.</p> <p>Deux élèves en entretien individuel trouvent le projet de changement de l'offre <u>utile</u>, l'une pense qu'il faut changer <u>progressivement</u> et en <u>expliquant d'abord</u> aux élèves, par le biais de jeux par exemple pour <u>favoriser leur écoute</u>. Selon elle, le changement de l'offre a quand même eu un <u>impact</u> sur les lycéens. Elle pense également qu'il est utile de mettre en place ce type de projet chez <u>les plus jeunes</u>, notamment les collégiens. L'autre dit que ça leur a « fait bizarre » au début mais <u>qu'ils se sont habitués</u> aux petits pains : « <i>maintenant c'est pareil et puis vu que c'est moins gras il vaut mieux</i> ». La première élève parle également d'une création d'habitude chez les lycéens. Nous le verrons plus loin, ces élèves nous ont dit <u>avoir pris conscience</u> de ce que représentait une chocolatine en termes nutritionnels grâce aux actions d'accompagnement pédagogique auxquelles ils ont participé et selon une élève : « <i>je crois que les gens ils doivent pas le savoir, ils doivent pas s'en rendre compte parce que c'est vrai que c'est vraiment impressionnant. Là le fait que je l'ai su je me suis rendue compte comme quoi c'est impressionnant</i> ».</p> |
| <p>Collège Eysines</p> <p><i>Offre : petits pains aux pépites de chocolat ou aux fruits secs</i></p> | <p>Les élèves en entretien collectif pensent que le projet est <u>utile car il fait « cogiter »</u> selon leurs dires.</p> <p>Deux élèves en entretien individuel <u>ne pensent pas que le fait de changer l'offre ait eu un réel impact sur les élèves</u>. Quand à l'une, elle estime que <u>ça l'a fait réfléchir</u> à ses comportements alimentaires, par rapport à l'obésité et au fait « <i>qu'on est mal dans notre peau quand on est comme ça</i> ». Elle pense aussi <u>qu'il faut faire plus de communication, mieux expliquer</u> le changement pour faire réfléchir les élèves. Pour l'autre, <u>pas d'impact</u> car elle dit avoir une <u>alimentation déjà équilibrée</u>.</p> <p>Un autre élève estime que ça ne l'a <u>pas fait réfléchir</u> à ses comportements alimentaires.</p> <p>Enfin, un autre élève estime positif de pouvoir s'acheter à manger dans le collège quand ils ont faim mais <u>ne trouve pas utile le changement</u> de l'offre</p> |

| | |
|---|---|
| <p>Collège Coutras Offre : petits pains (natures, figues, pépites chocolat), viennoiseries, fruits</p> | <p>Une élève impliquée <u>ne sait pas</u> si le fait de changer l'offre a fait réfléchir les élèves. Elle pense « <i>que ce qui ferait réagir c'est montrer des images qui choquent vraiment, alors là ça les ferait vraiment réfléchir [...], faut les faire réfléchir à ce qu'ils ont dans la main et qu'ils mangent tout le temps</i> ».</p> |
| <p>Collège Bergerac Offre : petits pains aux pépites chocolat, barres céréales, jus de fruits</p> | <p>Un élève en entretien individuel pense que le changement a fait réfléchir les élèves. Deux élèves en entretien individuel estiment que ce type de projet est <u>utile</u>, selon l'une d'entre eux : « <i>tout ce qu'ils ont fait dans le collège c'est pas pour rien et s'ils font ça c'est pour ici dire et beh il faut faire attention à ce qu'on mange, nous on vous vend pas n'importe quoi, alors faites attention à ce que vous mangez, même quand vous êtes chez vous</i> ».</p> |
| <p>Collège Belvès Offre : gaufres, gâteaux au chocolat, barres céréales, fruits</p> | <p>Les élèves en entretien collectif et individuel <u>ne pensent pas</u> que la modification de l'offre ait réellement fait réfléchir les élèves du collège. Selon eux, il y a un <u>manque de communication</u> sur les objectifs, mais aussi une nécessité de provoquer une <u>prise de conscience</u> chez les élèves. Rajoutons qu'au moment où nous nous sommes rendus dans ce collège pour réaliser l'enquête sociologique, des aliments peu recommandés étaient proposés à la vente à côté de fruits, certains élèves estimaient donc que l'aspect santé ne transparaissait pas. Ils estiment cependant que changer l'offre alimentaire représente un projet <u>utile</u>.</p> |
| <p>Collège Dangla Offre : petits pains aux pépites de chocolat</p> | <p>Certains élèves en entretien collectif ne semblent pas convaincus que changer l'offre ait eu un impact réel sur les élèves. Quelques-uns pensent cependant qu'il est <u>utile</u> de mettre en place ce type de projet dans les établissements scolaires. Les élèves impliqués <u>ne pensent pas</u> que changer l'offre ait pu faire réfléchir les élèves à leurs comportements alimentaires, ou seulement quelques-uns. Pour l'une : « <i>au collège non je pense pas et même après au lycée, je pense peut être plus mais là je pense pas que ce soit vraiment la préoccupation des élèves</i> ». Pour l'autre : « <i>parce qu'ils le savent pas que les petits pains c'est moins gras que les chocolatines [...] au départ moi je réalisais pas avant de faire la nutrition. Je pense qu'ils le savent pas, mais ils savent juste qu'ils ont changé de goûter, que ça a pas le même goût mais ils savent pas ce que ça contient</i> ». Une élève pense qu'il faudrait donc <u>sensibiliser tout le monde</u>, grâce à des ateliers nutrition comme celui auquel elle a participé. Selon elle il faut aussi arriver à trouver une <u>accroche</u> pour que les élèves soient <u>motivés</u> à participer à ce genre d'ateliers.</p> |

Analyse approfondie de l'implication d'élèves dans l'accompagnement pédagogique

→ Une cohérence du projet avec leur section/option d'étude

Les élèves qui se sont impliqués sont autant des collégiens (sans) que des lycéens. Une majorité des ces derniers étaient scolarisés dans des sections particulières (Carrières Sanitaires et Sociales, BTS Services et Prestations des secteurs Sanitaire et Social (SP3S), Services en Milieu Rural).

Il est intéressant de noter que l'implication des élèves est marquée au niveau du sexe. En effet, les filles sont plus nombreuses que les garçons. Ceci peut s'expliquer par le fait que les sections spécialisées évoquées plus haut comprennent déjà plus de filles. Mais concernant les autres situations, on rencontre également moins de garçons. On peut alors se demander si ces derniers s'intéressent moins à la question de l'alimentation/nutrition que les filles, notamment par rapport à une question de poids et d'apparence.

→ Attrait pour le thème de la nutrition

Lors des entretiens avec les élèves impliqués dans l'accompagnement pédagogique et/ou la vente, il a été intéressant de constater qu'un attrait pour le thème de la nutrition était présent chez quasiment tous les élèves.

Les élèves s'intéressent à ce sujet car, selon eux, cela « nous concerne au quotidien, touche à notre santé ». Il s'agit de plus d'un sujet d'actualité, portant, entre autre, sur l'obésité et les recommandations élaborées pour le grand public qu'ils disent voir à travers les médias.

→ Autres motivations

En effet, on retrouve des motivations autres, plus personnelles :

- une volonté d'apporter quelque chose à autrui (connaissances, conseil, aide,...),
- une envie prononcée de s'impliquer dans des projets tournés vers les autres,
- l'envie d'avoir un contact avec les autres élèves, ainsi, participer à ce type 'actions est un moyen de pouvoir communiquer avec les autres,
- l'envie de s'occuper pendant les récréations, d'acquérir une expérience pour choisir sa voie professionnelle,

- choisir un sujet sur la nutrition pour participer au festival des lycéens,

- acquérir des connaissances sur le thème de la nutrition, dans l'optique d'un futur métier dans ce domaine,

- s'impliquer dans le club santé de son établissement, parfois synonyme de « liberté » (une élève nous explique en effet que, au sein du club santé, les élèves peuvent s'exprimer, « se défouler », à la différence par exemple des récréations durant lesquelles, trop de règles sont imposées, selon elle),

- l'implication avec le groupe d'amis (des collégiennes nous ont dit s'être impliquées en premier lieu avec leurs amies par curiosité et non pas par intérêt pour l'alimentation, mais au final ont apprécié de le faire).

Il est intéressant de noter que beaucoup de ces élèves étaient impliqués dans d'autres projets au sein de leur établissement (délégué de classe notamment) ou à l'extérieur (une lycéenne était conseillère jeunes de sa ville l'année précédente, une autre travaillait pendant ses vacances dans un centre de loisirs et avait l'habitude de délivrer des messages).

→ Le travail avec les adultes

De manière générale, les élèves impliqués disent avoir apprécié de travailler avec des adultes, qu'il s'agisse de personnes internes à l'établissement scolaire (infirmière et professeurs le plus souvent) ou de intervenants extérieurs. Les élèves évoquent ainsi la nécessité de travailler dans un cadre établi par les adultes (actions à mener, mais aussi séances d'informations sur la nutrition et vente), tout en ayant la possibilité de donner leur avis à tout moment et d'être autonomes lors de certains travaux ou de certaines actions. On peut percevoir en effet à travers leur discours, le besoin d'avoir un appui des adultes et de pouvoir compter sur eux en cas de besoin.

→ le travail avec les élèves

Les élèves impliqués dans le projet évoquent majoritairement un bon travail ou une bonne dynamique de groupe (chacun a pu donner ses idées). Ils évoquent une complémentarité des membres au niveau des

avis, des idées et des tâches. En revanche, dans deux lycées les élèves nous ont fait part de difficultés :

- difficultés de communication et de travail en commun. Il n'est pas évident en effet de se retrouver en dehors du cadre des cours pour travailler sur le projet en fonction des emplois du temps et du statut (internes/demi-pensionnaires dans un cas) des uns et des autres.

De plus, dans ces deux groupes, quelques élèves nous ont dit qu'elles estimaient le nombre d'élèves impliqués trop important (4 d'un côté et plus du double de l'autre).

- Des priorités différentes selon l'âge : il est intéressant de noter le point de vue d'une collégienne : « *on devait faire un travail pour faire passer le message aux autres élèves et les 6^{ème} et 5^{ème} disaient qu'il faudrait faire des affiches ou des vidéos sauf que nous les 4^{ème} et les 3^{ème} on n'est pas vraiment intéressés par ça maintenant, alors qu'en 6^{ème} on aurait eu la même idée, une vidéo, nous les 3^{ème} et les 4^{ème}, on n'ira pas la voir, Q : et pourquoi ?, F : je sais pas, on n'est pas intéressés, on pense plutôt à parler avec les copains copines à la récré par exemple, Q : que d'aller voir une vidéo sur l'alimentation..., F : oui ! C'est un peu l'âge bête on va dire parce qu'on pense plutôt aux amis* ». Nous avons choisi de noter cet extrait d'entretien car il souligne le fait qu'il existe des différences de points de vue et de comportements assez importants au sein même des collèges, ce qui nous a été révélé par les membres des équipes éducatives avec lesquels nous avons pu discuter. Nous pouvons percevoir aussi l'importance que prennent les pairs à cette époque de la vie.

→ S'adresser aux autres élèves

Chez les élèves impliqués lors de la mise en place du projet, les points de vue sont mitigés quant à la facilité ou non de s'exprimer devant les autres. Il est important de préciser que, dans le projet, les élèves voués à s'adresser directement aux autres élèves sont majoritairement des lycéens. En effet, dans les actions d'accompagnement pédagogique, les collégiens impliqués devaient faire passer le message à l'aide de supports intermédiaire : journal, film, image.

Pour certains, parler aux autres élèves n'est pas chose évidente, qu'il s'agisse de délivrer des messages sur la nutrition dans le cadre de

l'accompagnement pédagogique ou de la vente, ou d' « inciter » les élèves à acheter des produits meilleurs pour la santé : les élèves en question parlent de timidité, mais aussi du regard des autres adolescents du même âge, qui ont donc le même « statut » qu'eux ; le regard des autres étant un élément très important à cette période de l'adolescence. Ainsi, certains élèves n'osent pas s'adresser directement à leurs camarades. De plus, deux lycéennes nous ont dit ne pas prodiguer de conseil aux autres élèves : « *je les interdis pas quoi, s'ils veulent acheter ils achètent, hein. Après, nous maintenant on a fait des informations, donc ils se débrouillent quoi. Ils sont encore maître d'eux-mêmes, puis il faut qu'ils sachent être autonomes. C'est pas à nous à jouer aux mamans au lycée aussi* » ; « *Ca me regarde pas, c'est eux, il faut qu'ils fassent attention* ».

Il est important de noter que, parmi les élèves qui ont évoqué des difficultés de communication avec les autres élèves, figurent parmi eux des lycéens qui ont été particulièrement marqués par les réactions très négatives des autres élèves envers leur travail : certaines de leurs affiches ont été déchirées, leur boîte à idées dégradée, ils se sont faits hués lors de l'installation de leur diaporama sur la nutrition, etc. Ainsi, on peut se demander si le fait d'évoquer des difficultés à communiquer avec les autres n'est pas la conséquence de ces réactions.

D'autres élèves en revanche ne ressentent pas de difficulté à parler et à délivrer des messages à leurs camarades, qu'ils les connaissent ou non.

Pour les élèves déjà impliqués dans la vente, qui s'occupent du foyer, la situation semble être différente. En effet, de par leurs fonctions et leurs responsabilités au sein du foyer, mais aussi parfois dans d'autres contextes de l'établissement scolaire (délégués de classe, etc.), ces élèves sont « connus » et ont l'habitude de s'adresser à des jeunes de leur âge. Pour exemple, une jeune fille dans un lycée nous a dit être très impliquée dans la vie de l'établissement, les élèves la connaissent, ainsi, selon ses dires, elle n'hésite pas à leur parler, qu'il s'agisse de points positifs ou de points négatifs.

Ainsi, ces élèves semblent avoir plus de « facilité » à communiquer avec les autres élèves.

Point de vue des élèves non impliqués sur l'accompagnement pédagogique mené dans leur établissement

| | | |
|--|--|--|
| Lycée général de Blaye | Une diététicienne vient une fois par semaine proposer une consultation pour tout élève qui a des questionnements | Les élèves nous ont dit ne pas être au courant de ces consultations, ni de l'affiche les présentant, cependant nous savions qu'une élève du groupe y allait régulièrement, elle n'a probablement pas osé le dire devant ses camarades durant l'entretien |
| Lycée professionnel Tarnos | Séances portant sur l'alimentation (équilibre alimentaire, alimentation des sportifs) dans le cadre du PNNS | Sujet non abordé en entretien collectif car ce dernier a essentiellement tourné autour de la question de la cantine. Concernant les entretiens individuels : les deux élèves ont trouvé les séances intéressantes, l'un d'entre eux nous a cependant dit qu'il n'a pas réellement acquis de connaissances car il avait déjà vu tout cela en cours, à la différence du second qui a dit avoir appris des choses et pris conscience de la teneur de certains aliments « <i>que tous les jeunes aiment</i> ». |
| Lycée agricole Tonneins | Réalisation de diaporamas et d'affiches sur l'équilibre alimentaire et sur le changement de l'offre, intervention d'une diététicienne dans toutes les classes | Les élèves nous ont fait part de critiques concernant l'accompagnement pédagogique : ces critiques tiennent aussi bien aux supports employés (fiches trop petites selon eux, perdues au milieu d'autres affiches de prévention), qu'aux messages véhiculés (lassitude d'entendre toujours la même chose). Ils estiment avoir eu trop d'actions dans leur parcours scolaires et que ces actions se résument bien souvent à des présentations sans échange réel avec les intervenants.* |
| Lycée de Chéraute | Pas d'accompagnement pédagogique | |
| Lycée professionnel de Coarraze | Atelier sur la découverte ludique d'aliments (dégustations trompeuses, etc.) | Les élèves en entretien collectif se sont exprimés sur le <u>repas bio</u> , les <u>avis sont mitigés</u> . Si certains estiment positif d'avoir eu des aliments « basiques » (pâtes, viande) lors de ce repas, d'autres sont en revanche déçus, s'attendaient à des aliments qu'ils ont moins ou pas l'habitude de consommer (par exemple du quinoa). Ce repas s'inscrivait dans le cadre d'une journée globale organisée par le lycée sur le bio et les élèves ont plutôt un avis négatif sur cette journée, considérant qu'elle n'est pas très utile, en effet, ils préféreraient que le bio soit introduit à la cantine d'une manière régulière. |
| | Séances d'informations sur la nutrition, préparation d'un atelier présenté par les élèves au festival des lycéens dans le cadre du PNNS (dégustations trompeuses, informations, etc.) et réalisation d'un repas bio pour tous les élèves (choix des aliments). | |
| Collège Bergerac | Chaque année scolaire, réalisation d'un petit-déjeuner pour les élèves de 6 ^{ème} , visite des cuisines et réalisation d'entrée ou de dessert, informations et travaux en cours de biologie pour les | Les élèves ont un <u>avis positif sur le petit-déjeuner</u> , certains disant apprécier de voir ce qu'est un petit-déjeuner équilibré, d'autres évoquant la convivialité du moment. |

| | | |
|-----------------------|--|---|
| | élèves de 4 ^{ème} , réalisation de 2 ou 3 buffets de fruits pendant l'année scolaire | Ils nous ont également dit <u>apprécier la visite des cuisines</u> car ils prennent ainsi conscience de leur fonctionnement (conservation des aliments, façon de les cuisiner), mais aussi de participer à l'élaboration d'une partie du repas. Enfin, les élèves en entretien individuel nous ont dit avoir <u>apprécié d'acquérir des connaissances</u> sur la nutrition dans le cadre des cours de SVT, par le biais d'exposés ou de fiches sur la nutrition. |
| Collège Belvès | Chaque année scolaire, réalisation d'un petit déjeuner, séances d'information de l'infirmière sur la nutrition (elle aurait souhaité faire un travail plus approfondi avec les élèves mais trop de projets lors de l'année scolaire en question et difficultés par rapport à l'emploi du temps des élèves) | Les élèves ont un <u>avis positif sur le petit-déjeuner</u> et avancent comme raisons la convivialité, le fait qu'ils ont le temps de manger, qu'on leur montre ce qu'est un petit-déjeuner équilibré. Concernant <u>les séances d'informations, les élèves sont plus mitigés</u> , en effet, ils trouvent que les séances de 2h sont trop longues, notamment parce que ce sont des informations qu'ils disent déjà connaître, ainsi s'installe une « lassitude » selon leurs dires. Ils estiment que les séances sont interactives car ils peuvent poser des questions mais évoquent des réponses un peu longues, ainsi que la difficulté de poser des questions devant d'autres élèves qui peuvent émettre des réflexions. |

*Les élèves impliqués parlent d'affiches qu'ils l'avaient mis au self déchirées, de dégradation d'une boîte à idées qu'ils avaient mis à disposition des élèves, mais aussi de réflexions lorsqu'ils diffusaient lors de l'attente à la cantine des diaporamas sur la nutrition qu'ils avaient eux-mêmes créés : « certains disaient on s'en fout de bien manger, on veut grossir, manger gras... ».

Impact du projet sur le comportement alimentaires et les connaissances des élèves impliqués

| Etablissement | Elèves | Nature de l'impact |
|------------------------|--------|---|
| Lycée Toulouse Lautrec | F | L'élève nous a dit qu'elle mangeait <u>d'une manière plus équilibrée</u> qu'avant de rentrer en section CSS, ainsi ses <u>cours sur la nutrition</u> lui ont permis d'acquérir des connaissances et de les mettre à profit dans son comportement alimentaire, « <i>je sais ce que je dois faire</i> ». Selon elle, avoir <u>organisé un petit-déjeuner</u> dans le cadre de l'accompagnement pédagogique et ainsi avoir « <i>montré l'exemple</i> » aux autres lui a permis de mieux manger le matin et d'adapter son petit-déjeuner à ce qu'elle va faire de sa journée. |
| | F | Pour cette élève, participer à la vente de petits pains a pour conséquence qu'elle « <i>fait encore plus attention</i> » à ce qu'elle mange : « <i>le fait de passer, de voir, de me dire si c'est là c'est que c'est pour faire attention et puis je fais en sorte de faire attention en dehors aussi</i> ». Faire attention pour elle signifie manger plus équilibré, manger des fruits, des légumes, pas de grignotage, pas trop sucré, pas trop salé. |
| Lycée de Coarraze | F | Cette élève dit avoir été « <i>choquée</i> » par la <u>teneur calorique des chocolatinnes</u> , a retenu qu'il fallait en manger de temps en temps « <i>mais pas en abuser</i> », qu'un bout de pain accompagné d'une barre chocolatée pouvait également rassasier. Elle a également appris « <i>qu'il fallait manger du pain à chaque repas</i> », pensait auparavant que les féculents n'étaient pas à inclure forcément dans l'alimentation et qu'elle mangeait suffisamment de fruits. Elle a donc appris qu'elle pouvait « <i>charger</i> » un peu plus son repas et dit avoir <u>changé de comportement avec ses amies</u> . |
| | G | Cet élève nous a dit qu'il avait <u>pris conscience d'une manière plus forte</u> de l'importance des légumes et a également appris que le message « manger 5 fruits et légumes par jour » ne concernait pas uniquement des produits frais, mais aussi des produits en conserves ou surgelés. Il a apprécié le fait que <u>quelqu'un leur explique concrètement ces messages</u> et se <u>méfie</u> désormais de ce qu'il peut entendre à travers les <u>médias</u> : « <i>l'eau on nous dit qu'il faut boire 1 litre et ½ d'eau par jour mais en fait on nous explique pas, déjà on sait que c'est Evian qui a fait cette pub donc c'est rigolo mais Evian on sait qu'ils font que de l'eau, on nous a expliqué qu'il fallait boire 1 litre et ½ d'eau par jour mais dans les aliments, pendant les repas, et boire de l'eau quand on a soif, mais le fait de boire de l'eau c'est vraiment quand on a soif, pas boire de l'eau pour boire de l'eau, parce que ça change rien du tout, c'est même inutile à se forcer de boire de l'eau</i> ». Par rapport aux repas, il nous a dit avoir <u>appris comment les équilibrer</u> en termes notamment de « <i>dose</i> » de féculents à y mettre, qu'il fallait manger 2 protéines dans la journée, soit de la viande, soit du poisson, soit des œufs. Pour lui, il estime s'être rendu compte qu'il mangeait déjà d'une manière équilibrée, mais nous a dit aussi que depuis les ateliers il mange un peu moins gras, sale moins, essaie de varier et d'équilibrer ses repas. |
| | F | Cette élève nous a dit avoir été « <i>choquée</i> » par l' <u>explication sur les chocolatinnes</u> . Elle nous a dit que depuis l'atelier, elle <u>réfléchit plus à l'équilibre des repas et a changé</u> certains de ses comportements alimentaires. |
| | G | Cet élève souhaitant faire du rugby à un bon niveau, il nous a notamment dit avoir <u>appris comment manger avant un match</u> . De même que son camarade, il a trouvé intéressant qu'on leur explique d'une <u>manière concrète</u> certaines indications que l'on peut entendre à la télévision et qu'il faut se <u>méfier</u> des messages de certains producteurs. Il nous a dit <u>avoir adapté son alimentation</u> à sa pratique sportive depuis les ateliers, et manger d'une manière un peu plus légère le soir. |
| Lycée agricole | F | « <i>En me rendant compte que même moi je pensais bien manger et en fait, ah oui, je faisais des erreurs. Par exemple quand je</i> |

| | | |
|---------------------|---|---|
| Tonneins | | <p>faisais tout bêtement des régimes, j'enlevais carrément des trucs, je mangeais plus de pain, plus de matière grasse alors qu'en fait il faut pas, il faut manger de tout, en petite quantité et ça pour moi, c'était pas ça du tout ! Donc j'ai appris ça, après les bonbons je savais très bien que c'est pas bon, les McDo non plus, faire du sport aussi il faut le faire, c'est dur mais bon il faut s'y mettre [...] pour moi avant manger équilibré tout ça, ça comptait pas, le sport ça avait rien à voir pour moi, c'était on mangeait et puis voilà. Tandis que maintenant j'ai bien compris que pour faire un régime, enfin pour maigrir il faut manger équilibré et faire du sport à côté sinon ça sert à rien ». Cette élève nous a dit qu'elle a <u>accentué son activité physique</u> depuis les ateliers, elle marche plus et évite de trop prendre le bus. De plus, elle dit qu'au niveau de son alimentation elle <u>mange de tout, se fait plaisir de temps en temps</u> et mange plus équilibré qu'avant.</p> |
| Lycée de Brémontier | F | <p>Pour cette élève, organiser un petit-déjeuner dans le cadre de l'accompagnement pédagogique <u>ne l'a pas conduite à modifier ses habitudes sur cette prise alimentaire</u> : « je sais très bien que le petit-déjeuner c'est le repas le plus important de la journée mais bon ça m'a pas fait changer mon habitude [...] parce que quand je me lève, j'ai pas faim ! Donc je me force pas à manger, non après les habitudes c'est très difficile à faire changer donc une fois qu'on est conditionné dans quelque chose, j'ai pris l'habitude de pas trop manger le matin donc... ».</p> <p>En revanche, elle nous a dit qu'avant l'instauration des petits pains, elle allait acheter lors de la récréation de 10h des paquets de cookies avec ses amies dans une supérette en face du lycée, désormais elle <u>achète plutôt un petit pain</u> (mais nous confesse cependant que « <i>Marché +, c'est pas fini, fini !</i> »).</p> |
| Collège de Dangla | F | <p>Cette élève nous a dit qu'elle savait auparavant que le petit-déjeuner constituait une prise alimentaire importante, mais estime <u>qu'elle sait pour quelle raison</u> depuis l'atelier : « pour pas décaler toute la journée parce qu'après si on prend pas de petit-déjeuner on goûte à la récré de 10h donc après on n'a plus faim à midi puis ça décale tous les repas de la journée d'après ». De plus, « un bon petit-déjeuner c'est-à-dire du lait, des féculents, un jus de fruits, après un mauvais petit-déjeuner c'est des trucs gras comme le chocolat, des trucs comme ça, on peut en manger mais avec modération ».</p> <p>Selon elle, <u>elle a réfléchi aux repas et essaye de manger de manière plus équilibrée</u>, c'est-à-dire « par exemple au goûter de 16h manger moins de bêtises, être raisonnable aux repas du soir et de midi ».</p> <p>F Cette élève nous a dit avoir <u>pris conscience de l'importance de la nutrition</u> grâce aux ateliers, elle dit avoir <u>acquis des connaissances et changé son comportement</u> : « Q : c'est quoi que t'as appris finalement dans ces ateliers ? F : l'équilibre alimentaire quand même parce que les matins je mange pas beaucoup au petit-déjeuner et voilà, maintenant qu'on voit pleins de trucs, maintenant je prends un petit-déjeuner [...] et puis c'est vrai que maintenant je me sens plus vive toute la journée au collège alors qu'avant j'étais un peu endormie ».</p> <p>Elle nous a également dit avoir appris que la <u>publicité influençait les adolescents</u> « c'est vrai que quand on y repense ça nous influence beaucoup, quand on regarde la publicité on se rend pas compte qu'en fait c'est faux ce qu'ils nous disent, Q : maintenant tu la regardes un peu différemment..., F : oui, je dis c'est fini, vous pouvez plus m'emporter dans ce coin là ! ».</p> <p>Elle nous a dit que depuis les ateliers, <u>elle fait plus attention à ce qu'elle mange</u>, c'est-à-dire prend un petit-déjeuner et évite de grignoter, de plus « avant c'était oh l'alimentation c'est pas grave, j'ai encore le temps de bien m'équilibrer, maintenant ça a changé ».</p> <p>Elle dit aussi avoir <u>pris conscience de ce que contiennent une chocolatine et un petit pain</u>.</p> |

| | | |
|---------------------------|----------|--|
| | F | Cette élève nous a dit <u>avoir apprécié la séance sur ce que contenait une chocolatine</u> . Depuis les ateliers, elle nous a dit avoir <u>changé quelques éléments de son comportement</u> , comme arrêter de grignoter à 15h. |
| Collège de Coutras | F | Cette élève nous a dit qu'avant les ateliers sur la nutrition et plus largement sa participation au club santé, « <i>j'étais plus vers les viennoiseries et puis avec le club santé je me suis habituée un peu à aller vers les aliments, les légumes et puis les fruits j'en mange plus et ça montre aussi ce qu'il y a de bon et de pas bon alors ça nous a fait des choses, ça nous a choqués et en fait ce qui est bien au club santé parfois ils nous montrent des images qui choquent et tellement que ça choque on n'ose plus le faire donc moi par exemple y'avait une image, quelqu'un de vraiment très gros qui était en train de manger une viennoiserie*, ça m'a choquée, ça nous a pratiquement choqués et depuis c'est ça qui me change, enfin j'ai un peu réfléchi et depuis j'aime les légumes et les fruits</i> ». Elle rajoute par la suite qu'elle se fait quand même plaisir avec certains aliments, mais qu'elle n'en abuse pas. Pour elle, ce n'est pas qu'une question de poids, mais une <u>question de santé d'une manière générale</u> . |
| | F | Cette élève nous a dit qu'elle <u>avait appris la composition des céréales</u> : « <i>pour moi les céréales c'est avec du blé et voilà, que non on m'a dit je sais plus ce qu'il y a mais à l'intérieur y'a des fibres, les céréales pour moi c'était juste une céréale, non on nous a appris que c'était plus profond, y'avait plus de choses</i> ». De même que pour d'autres aliments : la viande, le poisson, et ce qu'ils pouvaient apporter à l'organisme. Depuis qu'elle a participé aux ateliers, elle nous a dit <u>essayer de manger plus de fruits et de légumes</u> avec ses parents et son frère. |
| | F | Cette élève nous a dit <u>avoir retenu quand et comment consommer les féculents</u> . |
| Lycée de Tarnos | F | Cette élève nous a dit avoir <u>réfléchi et changé quelques petits éléments de son petit-déjeuner</u> après sa participation à l'action : « <i>j'ai changé pas grand-chose dans mon petit-déjeuner mais j'ai ajouté du pain, j'ai l'impression, bon après y'a mon truc ce que je mets sur le pain ça c'est pas très diététique, je le sais, mais déjà rien que le pain et puis moi je sais pas, enfin je me sens plus en forme après mon petit-déjeuner. Je sais pas si c'est, après ça peut être un truc...</i> ». |

*Le fait de voir ce type d'image a eu un impact sur cette élève. Il faut cependant rester vigilant sur le fait de ne pas « diaboliser » certains types d'aliments, mais aussi sur la stigmatisation des personnes en surpoids ou obèses. En effet, une autre élève qui a participé à ces actions nutrition nous dit également la chose suivante : « *elle avait mis des photos partout, on devait choisir celle qui représentait le mieux pour nous, y'en avait au moins une cinquantaine [...], Q : tu te rappelles de ce que t'as choisi ?*, F : *oui c'était des vêtements tout minces parce que si on est obèse on peut pas rentrer dedans donc il faut manger des fruits et des légumes* ».