

Charte du participant



Les Journées 5 sur 5

**Dans le cadre du projet de campagne de communication fruits et légumes
Année scolaire 2013/2014**

Un projet initié et porté par l'Instance Régionale d'Éducation et de Promotion de la Santé de la Réunion dans le but de contribuer au développement de la promotion de la santé des réunionnais

Contact

Frédérique MADÉ - Chargée de projet Diététicienne

frederique.irepsreunion@orange.fr

Tél : 02 62 71 10 88 – Fax : 02 62 71 16 66

Contexte

La santé est l'affaire de tous !

Notre époque est marquée par un intérêt de plus en plus grand porté aux questions de santé et de bien-être pour tous. L'alimentation, notamment, est un sujet de préoccupation majeur. Cela se constate à travers les différents programmes nationaux et locaux existant tels que le Plan National Nutrition Santé, le Plan Alimentation, le Programme Alimentation Activités Nutrition Santé...

Dans le cadre de ces plans, des actions telles que des campagnes de communication et des spots vidéo et radio ont été diffusés, des sites Internet d'information mais également de jeux interactifs ont vu le jour.

Pour être efficace, ces campagnes doivent s'appuyer sur la population, la culture, la langue, le visuel et les traditions. Or, au niveau local, quelques campagnes se sont développées dans le domaine de la promotion d'une alimentation équilibrée, mais elles restent rares. Les réunionnais bénéficient principalement des campagnes de communication nationales qui sont peu adaptées à notre contexte.

La campagne concernant la consommation de 5 fruits et légumes par jour est souvent incomprise. La population s'interroge sur la mise en œuvre de cette recommandation : que représente 5 fruits et légumes ? Quel budget pour y arriver ? Comment consommer 5 fruits et légumes en une journée ? Autant de questions qui freinent la mise en pratique de la recommandation.

C'est pourquoi l'IREPS Réunion organise une campagne locale de promotion des fruits et légumes locaux. Ce projet est réalisé avec le soutien de la Direction de l'Agriculture, de l'Alimentation et de la Forêt et du Conseil Général.

Les journées 5 sur 5 font partie de la campagne de promotion et impliquent les restaurants collectifs.

Présentation de la campagne de promotion des fruits et légumes locaux

La campagne de promotion fruits et légumes locaux a pour objectifs de :

- Promouvoir la consommation des fruits et des légumes locaux
- Clarifier le message du PNNS « mangez 5 fruits et légumes par jour »
- Valoriser la production locale de fruits et légumes

Elle se décline à travers différents supports d'information: un site internet (www.journees5sur5.fr), des flyers et des affiches. Ces supports apportent des informations sur la saisonnalité des fruits et légumes locaux, la production, des recettes valorisant l'utilisation des fruits et légumes locaux, des conseils pour leur consommation, achat et utilisation...

Par ailleurs, la campagne de promotion implique les restaurations collectives dans la promotion des fruits et des légumes locaux. Pour cela, une journée de valorisation des fruits et des légumes est prévue tous les deux mois à partir du mois de septembre 2013, les journées 5 sur 5. Il s'agit, pour les professionnels volontaires, de s'engager à proposer un menu mettant à l'honneur un ou plusieurs fruits ou légumes locaux et proposer des activités d'information aux pensionnaires.

Description des journées 5 sur 5

Il s'agit de journées de valorisation des fruits et légumes locaux lors desquelles les signataires de la charte s'engagent à :

- **informer les consommateurs** sur l'intérêt de la consommation des fruits et légumes en utilisant à minima le kit de communication fourni par l'organisateur
- **proposer au moins 2 portions** de fruits ou de légumes dans le menu du jour
- **mener une animation promouvant les fruits et légumes locaux** à destination d'un groupe de consommateurs au moins une fois par trimestre

Pour l'année scolaire 2013/2014, le calendrier des journées 5 sur 5 est le suivant :

- 26 septembre 2013
- 14 Novembre 2013
- 13 Février 2014
- 10 Avril 2014
- 05 Juin 2014



Le signataire de la charte s'engage à participer à **l'ensemble des journées de valorisation programmées**.

➔ Afin de favoriser et faciliter la réalisation de cette charte d'engagement, le signataire nommera **un responsable**. Le responsable s'assure de la mise en œuvre des différentes activités prévues.

Informer les consommateurs

Un kit de communication est mis à disposition du signataire. Il est composé de :

- 6 affiches « fruits + légumes = lé en forme »
- 6 affiches « 5/5 chaque jour pour tous les goûts c'est facile »
- 6 affiches « Menu »
- 200 flyers « 5 portions par jour ? A chacun sa façon d'y arriver »
- 200 flyers « faire ses courses avec les saisons à la Réunion »

Ces outils de communication sont à utiliser pour informer les élèves sur l'intérêt de la consommation des fruits et légumes.

Idées d'utilisation :

- Affichage du menu du jour dans le réfectoire, la cour ou à l'entrée de l'établissement, le CDI... à l'aide de l'affiche « Menu » *
- Affichage des autres éléments du kit de communication dans le réfectoire, la cour, l'entrée de l'établissement, le CDI...
- Flyers en libre service dans le réfectoire, le CDI... *
- Flyers distribués spécifiquement à une ou plusieurs classes ciblées (par exemple, toutes les 6^{ème}) *
- Mise en place d'un stand d'information sur les fruits et les légumes locaux pendant la pause méridienne : distribution des flyers aux élèves intéressés, présentation des affiches, exposition de fruits et légumes de saison, dégustation de fruits et légumes de saison *
- Etc...

* Il est conseillé de mettre en place ces activités uniquement lors des journées de valorisation.

Proposer au moins 2 portions de fruit; ou légumes au menu du jour

Lors de chaque journée 5 sur 5, le signataire de la charte s'engage, dans la mesure de la possibilité de ses approvisionnements, à proposer au moins deux portions de fruit et/ou légume de saison, sous la forme de son choix.

Une portion est équivalente à au moins 80g de produit net.

Une liste des fruits et légumes de saison est proposée ci-après.

Septembre 13	<ul style="list-style-type: none">• Banane• Orange• Papaye	<ul style="list-style-type: none">• Carotte• Chou-fleur• Laitue• Tomate
Novembre 13	<ul style="list-style-type: none">• Ananas• Citrouille• Fraise• Pêche	<ul style="list-style-type: none">• Carotte• Chou chou• Chou pomme• Laitue• Tomate
Février 14	<ul style="list-style-type: none">• Mangue• Papaye• Pêche	<ul style="list-style-type: none">• Aubergine• Chou chou• Courgette
Avril 14	<ul style="list-style-type: none">• Banane• Grenadille• Clémentines	<ul style="list-style-type: none">• Brèdes petsaï• Brèdes chou chou• Chou-fleur
Juin 14	<ul style="list-style-type: none">• Ananas• Avocat• Banane• Goyavier	<ul style="list-style-type: none">• Haricots verts• Laitue• Tomate

L'un des objectifs de la campagne étant de valoriser les produits locaux, les participants devront dans la mesure du possible, proposer des fruits et légumes produits localement. Par ailleurs, il est conseillé de spécifier la journée de valorisation par des couleurs ou le logo de la campagne sur le menu.

Mener une animation promouvant les fruits; et légumes locaux

Le signataire s'engage à proposer une animation promouvant les fruits et légumes locaux au moins une fois par trimestre. Il peut s'agir de :

- Informer sur les fruits et légumes
- faire découvrir les fruits et légumes à travers les sens
- développer le plaisir et la convivialité autour des fruits et légumes
- etc..

Pour faciliter cette démarche, deux exemples d'animation et une liste des points de location d'outils d'interventions figurent en annexe. Par ailleurs il est mis à disposition sur le site internet, une rubrique regroupant des idées d'actions à mener (liens utiles). www.journees5sur5.fr

Engagements du signataire dans le cadre des journées 5 sur 5 :

- **informer les consommateurs** sur l'intérêt de la consommation des fruits et légumes
- **proposer au moins 2 portions** de fruits ou de légumes sur le menu du jour
- **mener une animation promouvant les fruits et légumes locaux** à destination d'un groupe de consommateurs au moins une fois par trimestre
- **remplir et renvoyer le questionnaire d'évaluation** des journées de valorisation qui leur sera transmis par courriel après chaque journée 5 sur 5

Fait à _____ le _____

Le signataire

Nom : _____ Prénom : _____

Fonction : _____ Tél : _____

Signature : _____

Les établissements participants :

Structure	Personne à contacter	Téléphone	Mail

Annexe 1 :

Exemple d'animation autour des fruits et des légumes locaux

Objectif : informer sur ce que représente une part de fruit ou légume

Public : élèves de l'établissement scolaire



Matériel : 2 tables, 2 jolies nappes, 5 fruits et des légumes différents, flyers « 5 portions par jour ? A chacun sa façon d'y arriver », affiches des journées 5 sur 5, fleurs pour décorer la table

Nombre de participants : les participants sont de passage sur le stand d'animation

Durée : le stand d'animation se tient pendant la pause méridienne et/ou pendant les récréations

Déroulement :

Préparation

Quelques jours avant l'animation : les personnes chargées de l'animation sélectionnent auprès du restaurant scolaire les fruits et les légumes disponibles (prioriser les produits locaux et de saison) qu'ils pourront présenter le jour de l'animation

Le jour de l'animation : préparation du stand, mise en place, décoration.

Les fruits et légumes sont divisés en parts et exposés dans des plats. (1 plat = 1 part = 80 à 100g de fruit ou légume cf. flyer) Il est important d'exposer au moins 5 plats différents, même si le même fruit ou le même légume est présenté deux fois (il arrive qu'on l'on mange plusieurs fois le même aliment dans la même journée !!)

Les flyers sont à diffuser au goutte à goutte selon l'intérêt des élèves.

Animation

L'animateur du stand incite les élèves à venir voir ce que signifie 1 part de fruit, 1 part de légume. Il fait le lien avec la campagne de communication nationale « manger 5 fruits et légumes » par jour et peut échanger brièvement avec l'élève sur sa consommation quotidienne de fruit et légume :

- quand tu vois ce qu'est une part de fruit, tu penses que tu en manges combien par jour ?
- savais-tu ce que signifie manger 5 fruits et légumes par jour ?
- au menu d'aujourd'hui, il y a 2 parts de fruits et légumes. En fonction de ce que tu as mangé ce matin et ce midi, combien de parts devrais-tu manger pour atteindre les 5 recommandées ?

L'animateur donne le flyer aux élèves intéressés.

Attention : l'objectif de l'animation est d'informer sur ce que représente une part de fruit et légume, et non pas d'inciter à en manger.

Evaluation :

L'animateur remplit le tableau de bord suivant :

Nombre d'élèves qui ont fréquenté le stand	<i>faire des petits bâtons pour aller plus vite (à remplir pendant l'animation)</i>
Intérêt des élèves	<i>Les élèves ont-ils posé des questions ? Les élèves ont-ils appris quelque chose de nouveau ?</i>
Nombre de flyers distribués	<i>= nombre de flyers avant l'animation – nombre de flyers après l'animation</i>
Remarques	

Annexe 2

Exemple d'animation : Kim toucher



Objectif : faire découvrir les fruits et légumes à travers le toucher

Public : élèves de l'établissement scolaire ou une ou plusieurs classes peuvent être sélectionnées

Matériel : 2 tables, 2 jolies nappes, 4 sacs opaques, 4 fruits et 4 légumes de saisons, flyers « *faire ses courses avec les saisons à la Réunion* », affiches des journées 5 sur 5, fleurs pour décorer la table

Nombre de participants : les participants sont de passage sur le stand d'animation

Durée : le stand d'animation se tient pendant la pause méridienne et/ou pendant les récréations

Déroulement :

Préparation

Quelques jours avant l'animation : les personnes chargées de l'animation sélectionnent auprès du restaurant scolaire les fruits et les légumes disponibles (prioriser les produits locaux) et de saison qu'ils pourront présenter le jour de l'animation

Le jour de l'animation : préparation du stand, mise en place, décoration.

Disposer 1 fruit et 1 légume par sachet.

Les flyers sont à diffuser au goutte à goutte selon l'intérêt des élèves.

Animation

L'animateur du stand incite les élèves à venir plonger la main dans le sac en plastique, à décrire ce qu'ils touchent et deviner de quels fruits et légumes il s'agit. Il peut aider l'élève :

- est-ce que ça pique ? c'est mou ? c'est ferme ?
- c'est rond ? ovale ? carré ?
- c'est rugueux ? lisse ? doux ?
- C'est froid ? tiède ?
- Etc...

Même si l'élève devine le fruit ou le légume avant de l'avoir décrit, il est important qu'il puisse en faire une description avec ce qu'il sent par le toucher. Cet exercice permet de mieux connaître l'aliment et contribue à le faire apprécier.

L'animateur donne le flyer aux élèves intéressés.

Le même type d'animation peut être proposé avec les autres sens.

Evaluation :

L'animateur remplit le tableau de bord suivant :

Nombre d'élèves qui ont fréquenté le stand	<i>faire des petits bâtons pour aller plus vite (à remplir pendant l'animation)</i>
Intérêt des élèves	<i>Les élèves ont-ils participé facilement à l'animation ? Les élèves ont-ils deviné ce qui se cachait dans les sachets ? Ont-ils posé des questions ?</i>
Nombre de flyers distribués	<i>= nombre de flyers avant l'animation – nombre de flyers après l'animation</i>
Remarques	