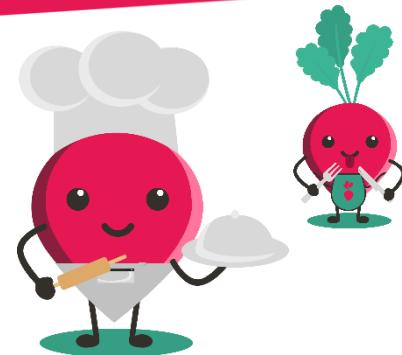




## L'ALIMENTATION DURABLE DANS LE SECTEUR DE LA PETITE ENFANCE

Retour sur l'Atelier Green Deal (organisé le 5 mars 2021) consacré à l'alimentation durable dans les crèches



Parmi les 500 acteurs engagés dans le Green Deal Cantines Durables, une vingtaine ont pris des engagements pour le secteur de la petite enfance. Qu'il s'agisse de cuisines autonomes ou de repas livrés depuis une cuisine centrale, tous doivent satisfaire aux exigences d'un public présentant certaines spécificités : tant au niveau de la fréquence des repas, que des préparations, de la quantité, du nombre de repas quotidiens ou du type d'aliments proposés.

C'est pourquoi, nous avons organisé un atelier consacré à l'alimentation durable dans les milieux de la petite enfance. Vous étiez d'ailleurs nombreux à y participer le 5 mars dernier, et nous vous en remercions !

Les engagements pris pour évoluer vers une alimentation plus durable dans ce secteur doivent donc tenir compte des spécificités de celui-ci, ce qui rajoute certaines difficultés mais peut également constituer un levier vers le changement.

### Rencontre avec une crèche labellisée « Good Food »

Cet atelier a débuté avec un témoignage inspirant de Madame Patricia Paquay, puéricultrice responsable de la crèche du Homborch à Bruxelles. Forte de ses 3 fourchettes acquises dans le cadre de la labellisation « Good Food Cantines durables », cette crèche a notamment revu la qualité de ses produits en concertation avec son fournisseur, travaillé sur le gaspillage alimentaire ou encore sur la saisonnalité de ses menus et sur ses recettes. En guise d'inspiration, celles-ci sont d'ailleurs accessibles sous la forme d'un [livre consultable en ligne](#).



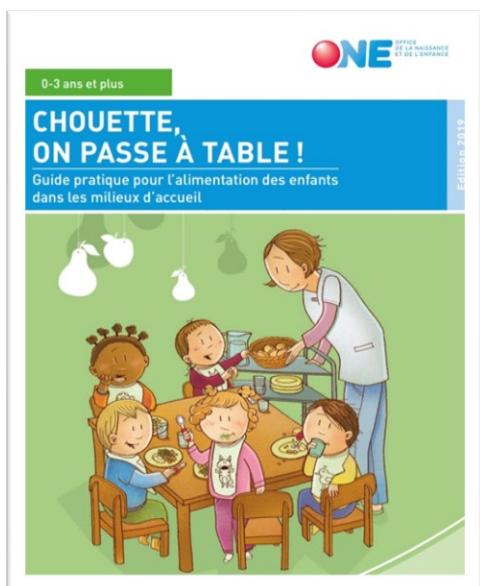
Lors de cet atelier, nous avons fait le choix d'aborder la question de l'alimentation durable sur base des attentes les plus plébiscitées par les différentes structures, à savoir la question des menus, celle de l'approvisionnement en produits locaux, et finalement l'enjeu plus transversal de la sensibilisation, tant du personnel que des parents.

## Une alimentation durable et équilibrée

La présentation de Cléo Rotunno, diététicienne à l'ONE, a mis en évidence les éléments de durabilité portés par les recommandations de l'ONE. Celles-ci sont d'ailleurs complémentaires aux critères du [label wallon « Cantines Durables »](#) auquel les cantines des milieux d'accueil inscrites au Green Deal Cantines Durables peuvent prétendre.

Si l'alimentation végétalienne ne convient absolument pas aux nourrissons et enfants en bas âge, l'ONE n'exclue pas un repas végétarien de temps en temps (max 1 fois par semaine). Celui-ci doit toutefois être équilibré et peut contribuer à diversifier les apports en protéines dans une optique d'éducation au goût.

### L'importance des VVPO en milieu d'accueil ou comment réaliser un repas végétarien équilibré ?



Dans son guide « [Chouette on passe à table](#) », l'ONE précise que « *La famille des viandes, volailles, poissons et œufs est une source importante de protéines de haute valeur biologique indispensables pour la croissance, l'entretien et la réparation du corps, source également de fer de grande qualité, de zinc et d'iode (poisson et fruits de mer). Les produits laitiers quant à eux sont riches en calcium, nutriment capital pour le squelette et les dents.* » Proposer une alimentation exclusivement végétarienne est donc fortement déconseillé.

Toutefois, un plat végétarien équilibré peut être proposé une fois par semaine. Pour les protéines de la famille des VVPO (viandes, volailles, poissons, œufs), il convient plutôt d'utiliser des légumineuses (ex. pois chiche, lentilles) en remplaçant une partie des féculents selon les grammages recommandés. Les imitations de viande sont déconseillées en milieu d'accueil.

### Comment composer des menus équilibrés ?

Pour vous aider dans l'élaboration de menus équilibrés, l'ONE vous propose une série d'outils (recommandations nutritionnelles, grilles, fréquences conseillées, etc.) dans son guide « Chouette on passe à table » pour composer vos menus sur les périodes de 20 jours (soit 4 semaines). Cela vous permet d'assurer la diversité et l'équilibre alimentaire de vos assiettes.

## Pour un approvisionnement local

Justine Chanoine, en charge du suivi des Marchés publics pour la Cellule Manger Demain, nous a rappelé que l'alimentation durable combine trois piliers – le social, l'économique et l'environnemental – et cumule par conséquent plusieurs caractéristiques. C'est pourquoi, le local doit s'associer à la notion de saisonnalité ; local ne signifiant pas forcément durable, de la même manière qu'un fournisseur de proximité peut ne pas proposer forcément des produits locaux (par exemple des agrumes).

Concernant l'approvisionnement en produits locaux de qualité, il importe d'inscrire cet objectif dans une démarche globale en travaillant parallèlement sur l'élaboration des menus,

l'organisation du travail, la réduction du gaspillage alimentaire, la sensibilisation des parents, etc. et de se fixer des objectifs ambitieux et réalistes au regard des réalités de la crèche.

Une manière de débuter pourrait être d'identifier les produits souhaités et de prendre connaissance de l'offre locale : [le Clic Local](#) est un outil qui peut vous y aider. Pour appréhender les spécificités des filières agricoles wallonnes, le chapitre II du [Guide pour un marché public alimentaire plus durable](#) est également une piste !



Pour aider les signataires du Green Deal à élaborer un cahier des charges qui privilégie un approvisionnement local, Justine Chanoine nous rappelle qu'elle se tient à disposition des crèches. C'est également le cas des chargés de mission territoriale de la cellule Manger Demain qui peuvent aider les signataires à rechercher des produits locaux en tenant compte de leurs spécificités.

## L'enjeu de la sensibilisation

Finalement, nous avons mis en lumière de nombreuses bonnes pratiques qui concernent la sensibilisation ! En la matière, trois cibles principales peuvent être distinguées, ce qui va déterminer un type de campagne spécifique : le personnel, les enfants et les parents.

Pour aller plus loin, découvrez le PowerPoint présenté lors de la formation « Les clés de la réussite d'un projet « Alimentation Durable » dans votre établissement : Etapes indispensables, communication et sensibilisation ? ». Dans celle-ci, Biowallonie vous donnait les **balises indispensables pour entamer ou faire perdurer un projet d'alimentation durable** dans votre établissement.

[Télécharger le PowerPoint](#)



S'agissant de la sensibilisation du personnel, et donc d'un public adulte, des séances de sensibilisation pour travailler sur les représentations peuvent être organisées à l'aide de divers outils (ex. [Bisbrouille dans la tambouille](#), [L'alimentation – guide d'animation](#), [Une alimentation saine, c'est possible !](#)).

Aussi, des formations sont organisées en Wallonie pour sensibiliser le personnel, comme les [formations thématiques et pratiques du GDCD](#), ou les formations « Chouette on passe à table » animées par la cellule diététique de l'ONE, tout comme des journées pédagogiques.

Le personnel peut également se tourner vers divers outils pour s'informer sur l'alimentation durable : quiz (ex. [Iles de paix](#)), BD (ex. [Manger vers le futur](#) de la Chaire Anca), pièces de théâtre (ex. Alimentaire mon cher Watson), films, vidéos, expositions ...

La sensibilisation des enfants se passe plutôt au quotidien, lors de la prise des repas, en soignant la présentation de l'assiette, en diversifiant les aliments et en les faisant goûter ou en montrant les légumes. Cela étant, la plupart des crèches mènent également des activités spécifiques : bacs d'herbes aromatiques, potagers pédagogiques, animations d'éducation au goût, ateliers cuisine, goûters intergénérationnels, semaines à thème, lectures, jeux (ex. imagier), bricolages, visite à la ferme, sortie au marché, activité de cueillette, etc.

Finalement, la sensibilisation des parents s'organisera plutôt par thème, en choisissant par exemple celui de l'eau, du petit déjeuner ou encore de la réduction des déchets. Il est par exemple important de sensibiliser les parents au goûter équilibré des plus grands. Pour aller plus loin, sur cette question, nous vous conseillons ce [Flash Accueil n°29 \(ONE\)](#). Le potage en matinée constitue une option qui permet également de travailler la sensibilisation (cf. [Flash Accueil n° 39](#)).

Différents [supports de communication](#) peuvent atteindre les parents, c'est le cas des affiches et triptyques, des réseaux sociaux, des menus, des recettes, des [calendriers de saison](#) mais aussi des événements comme les conférences, les ateliers culinaires, ou encore la présence du maraîcher au sein de l'institution qui sera le plus à même de faire découvrir ses produits.



Vous souhaitez en savoir davantage sur les possibilités de sensibilisation de vos usagers ? Nous vous proposons dernièrement une **fiche « bonnes pratiques »** avec quelques pistes d'actions et de réflexions personnelles, ainsi que des **outils et des institutions ressources** pour mieux entamer votre démarche de sensibilisation.

[Télécharger la fiche sensibilisation](#)

### Un projet global et inclusif pour les consommateurs de demain

Quelle que soit votre porte d'entrée, il importe de structurer et d'animer une démarche globale en travaillant parallèlement et progressivement sur les différentes dimensions de l'alimentation durable en se fixant des objectifs ambitieux et réalistes au regard de sa réalité.

Amener sa crèche vers une alimentation plus durable est pertinent à plusieurs titres (économique, social, environnemental, culturel, éthique et de santé) et à différents niveaux (individuel, institutionnel, sectoriel et territorial). Mener un tel projet de transition permet notamment d'insuffler une dynamique d'équipe, d'accorder une attention particulière au gaspillage alimentaire et de nouer un dialogue constructif avec les parents.

Par ailleurs, une attention portée sur l'alimentation durable dans les crèches ou les écoles constitue une opportunité de sensibiliser les consommateurs de demain, et d'inscrire la question de l'alimentation durable dans leur routine alimentaire dès leur plus jeune âge.

## Ressources

### *Recettes et menus*

- ONE - « Chouette on passe à table » reprend tout ce qui concerne l'alimentation des enfants de 0 à 3 ans, notamment en termes d'élaboration des menus (cf. [brochure + tableurs excel](#))
- ONE - Flash Accueil, avec notamment des recettes et articles sur l'alimentation (dont le [dernier numéro traite de l'alimentation durable](#))
- [Fiches recettes crèches Good Food](#) - Recensement d'une cinquantaine de fiches recettes adaptées au contexte des crèches
- Crèche communale du Homborch – [Recettes pour gastronomes en culotte courte](#)

### *Sensibilisation des plus jeunes enfants*

- Activités diverses – [Fiches thématiques](#)
- Activité autour des 5 sens (Guide [Les maternelles du goût](#))
- Activité culinaire – [Guide](#)
- Ateliers intergénérationnels – [Illustration](#)
- Livres (cf. [exemples](#) pp.52-56)
- Jeux (ex. [imagier](#))
- Théâtre d'ombre (ex. Les maternelles du goût : [histoires + silhouettes](#))