

# Qui est responsable du repas du midi ?

## Repas chauds ou tartines ? Les parents peuvent-ils déléguer l'alimentation de leurs enfants à l'école ou doivent-ils s'en charger ?

**L**e temps de midi n'est pas considéré comme un temps scolaire. Libre donc à chaque établissement de la Communauté française d'organiser ce temps comme il le souhaite. Il n'y a par exemple aucune obligation à proposer des repas chauds.

Les différences régionales sont légion. Ainsi, dans le Brabant wallon, de plus en plus d'écoles proposent des repas chauds de qualité. Entendez : avec des aliments de saison voire bio... « *Les gens sont de plus en plus conscientisés. Les parents veulent que leurs enfants mangent sainement, bio... Mais en même temps, ils travaillent beaucoup. Alors s'ils ne peuvent pas déléguer cela à l'école, c'est crevant. Les parents choisissent donc des écoles qui proposent des repas de qualité* », raconte Lucy Hardy, maman d'une petite fille de 5 ans.

Lawrence Louis-Charles a deux filles (4 et 7 ans). Elles sont scolarisées dans une école bruxelloise. Lui et sa femme ont toujours opté pour les repas chauds fournis par l'école pour leurs enfants. « *C'est le plus simple au niveau de l'organisation. Le soir, elles peuvent alors manger des tartines à la maison. Et puis, ce n'est pas cher (aux alentours de 3 euros le repas)* », raconte Lawrence. Et ses filles semblent apprécier. « *Elles ne se plaignent pas trop* », sourit-il. Il n'a pas beaucoup d'informations quant à la qualité des repas proposés mais il pense, selon les échos des professeurs, que c'est correct.

### Se poser la question du qualitatif

Pour Marjorie Debande, diététicienne pédiatrique à l'Hôpital des enfants Reine Fabiola, tant les tartines que le repas chaud peuvent convenir ; tout est question de qualité au niveau de la préparation. Et idéalement, il conviendrait de donner un seul repas chaud par jour. L'autre repas peut être constitué d'un potage, de tartines et de quelques légumes. Et éventuellement d'un dessert tel qu'un yaourt.

« *Une part par jour des protéines apportées par la viande ou le poisson peut suffire* », souligne la diététicienne.

Quant aux repas chauds proprement dit, « *ils pourraient convenir mais le problème est que les firmes proposent généralement des menus qui plaisent aux enfants : des*

*poissons panés, de la viande hachée, des frites, des légumes en sauce ou en gratin...* », note la diététicienne. Or, en Belgique, comme dans tout pays industrialisé, l'apport en protéines et en lipides est trop important. Cela engendre un nombre de calories excessif et un risque d'obésité. « *Souvent les parents demandent : "Est-ce que l'enfant a mangé ?" Ils se posent moins la question du qualitatif* », déclare-t-elle.

### De nombreuses évolutions

Les choses ont pourtant beaucoup évolué. « *Il y a de fortes avancées sur le terrain*, constate Eric Etienne, porte-parole de Marie-Martine Schyns, ministre de l'Éducation. *Quand on voit les menus, les frites sont présentes une fois par mois maximum, par exemple.* » Et des améliorations sont encore attendues puisque le cahier des charges que sont tenus de respecter les établissements qui préparent eux-mêmes les repas et les prestataires externes va encore être revu. Il contenait déjà de nombreuses

règles concernant la qualité des aliments, les teneurs en sel ou encore les doses de fruits, légumes et viandes recommandées. Mais l'idée est de le compléter pour pousser plus loin l'engagement des prestataires par rapport aux aliments sains ou au principe de circuit court. « *Cela se fait en dialogue avec les prestataires*, précise Eric Etienne. *Petit à petit, les choses évoluent dans le bon sens.* »

La Ligue des familles, elle, propose que les frais de cantine soient établis en fonction des revenus des parents (et gratuits pour les familles

précaires). Elle souhaite aussi que le temps de midi soit reconnu comme un temps pédagogique. ■

VIOLAINE JADOUL

### LES CHIFFRES

## De 1 à 6 euros

► En maternelle, les repas chauds coûtent entre 1 et 3 euros. Les écoles primaires et secondaires facturent, elles, entre 4 et 6 euros.

► Parmi les parents interrogés par la Ligue des familles (dans le cadre de son enquête annuelle sur les coûts de la rentrée), près de la moitié optent en faveur d'un repas chaud pour leur enfant en maternelle. En primaire et en secondaire, la moitié des parents se tourne vers cette possibilité.

V. JA.

## 3/6

### Le lunch de mon enfant

**Plus que quelques jours et près d'un million d'enfants et d'ados retrouveront le chemin de l'école où les attendent 100.000 enseignants. Voilà l'occasion d'approfondir six thèmes qui marquent la vie quotidienne à l'école.**

Samedi 19 août

**Le dur métier de prof**

Lundi 21 août

**Apprendre à gérer le quotidien**

Aujourd'hui

**Le lunch de mon enfant**

Mercredi 23 août

**La bonne distance**

**profs-parents**

Jeudi 24 août

**Les enfants propres**

Vendredi 25 août

**L'implication dans l'école**

**COLLATION COLLECTIVE****« Mes filles sont fières d'amener la collation pour toute sa classe »**

Dans une école bruxelloise, à l'initiative d'une enseignante de maternelle, a été créé le principe de collation collective. Plutôt que de donner chaque jour un encas à leur(s) enfant(s), les parents sont invités à amener à tour de rôle un goûter pour l'ensemble de la classe.

Au départ, le projet était limité à une classe mais les autres professeurs de l'école emboîtent le pas. Chaque enseignant participant a dans sa classe un tableau d'inscription. Ce tableau précise le type de collation souhaitée : fruits ou laitage. Au final, chaque parent doit préparer une collation par mois. Pour Lawrence Louis-Charles, papa de deux filles de 7 et 4 ans, « c'est plus

facile d'organiser une collation par mois qu'une chaque jour ». « On tente de ramener quelque chose d'original. Des brochettes de fruits, par exemple. On essaye de faire en sorte que chacun amène des collations saines plutôt que des snacks. Même si certains sont plus réticents, cela fonctionne bien. Et lorsque c'est son jour, l'enfant est super fier d'amener la collation pour toute sa classe ! »

V. JA.

**LES RESTES DE LA VEILLE****« Dans la vraie vie... »**

« Sur internet, on voit des choses élaborées, comme des wraps... Dans la vraie vie, on peut en faire parfois, des repas comme ça. Mais tous les jours, c'est risquer le burn-out. On met beaucoup de pression sur les femmes », estime Lucy Hardy, maman d'une petite fille de 5 ans et conseillère en nutrition. Elle travaille et n'a pas le temps de consacrer des heures aux repas du midi de sa fille.

Pour autant, l'alimentation est un élément crucial pour elle. Alors pour combiner la qualité et l'efficacité, elle prend les restes du souper de la veille : du riz et des légumes, par exemple. « On peut mettre une petite sauce ou un peu d'huile. Et s'il n'y a plus assez de légumes, je coupe une carotte ou un concombre en bâtonnets ou j'ajoute des tomates cerise, si c'est la saison. Les enfants aiment les aliments croquants

ou qu'ils peuvent prendre en main », souligne Lucy Hardy. Deux fois par semaine, sa fille prend le repas chaud de l'école car l'établissement propose des aliments de saison, plutôt locaux. Pour le poisson, c'est certifié pêche durable. A ceux qui préparent des tartines, elle suggère d'utiliser du pain complet au levain (plus nutritif) et des charcuteries de qualité. Et de mettre quelques légumes à côté.

V. JA.

**REPAS SCOLAIRES****Qu'y a-t-il au menu ?**

Et si le changement venait des écoles elles-mêmes ? C'est sur ce principe qu'est basé l'appel à projets lancé cette année par la ministre Marie-Martine Schyns, à destination des établissements. Cela peut aller de petits potagers à la confection de repas par les élèves en passant par une meilleure gestion des déchets. Il peut aussi y avoir une réflexion

autour du bruit à la cantine, des produits locaux et de saison, de repas végétariens... Les projets retenus seront financés jusqu'à 3.000 euros maximum. Les gagnants bénéficieront aussi d'un accompagnement par l'équipe de Manger Bouger (ASBL Question Santé). « L'idée est de réfléchir à l'alimentation de manière systémique », précise Delphine Matos da Silva, de

l'ASBL Question Santé. Une trentaine d'écoles ont déjà marqué leur intérêt. Dans un second temps, les bonnes pratiques pourront être relayées vers d'autres écoles. Pour Daphné Ridders, chargée de mission à la Fapeo, « il y a pas mal d'écoles dans lesquelles ce sont les associations de parents qui proposent ce genre d'actions. Cela permet de soulager les écoles ».

V. JA.