



Luxembourg 19/10/06

**Information: Promotion de l'alimentation saine et de l'activité physique auprès des enfants :**

Distribution de « sacs petit déjeuner » destinés aux enfants des maternelles (Spillschoul) et aux élèves de la première année de l'enseignement primaire.

**Contexte :**

En date du 7 juillet 2006 la Politique commune « **Gesond iessen, méi bewegen** », favorisant l'alimentation saine et l'activité physique a été officialisée entre les Ministères de la Santé, de l'Education Nationale et de la Formation Professionnelle, de la Famille et du Département des Sports. Pour la mise en pratique d'un programme national, le Ministère de la Santé a instauré un groupe d'experts nationaux pour l'élaboration de recommandations nationales en matière d'alimentation saine et d'activité physique. Sur cette base des actions concrètes sont élaborées.

Par cette initiative notre pays répond à l'appel urgent de l'Organisation Mondiale de la Santé et de la Commission Européenne pour élaborer des démarches communes et intersectorielles dans l'objectif de parer à l'épidémie de la surcharge pondérale et de la sédentarité, causes principales des majeures pathologies de notre société, notamment des maladies cardio-vasculaires, de certains cancers et de l'ostéoporose.

Une attention particulière devra être vouée aux enfants et adolescents, dont un grand nombre souffre déjà, à un âge très jeune, de surcharge pondérale et des conséquences d'une activité physique insuffisante.

- *Des études récentes (Wohlbefinden der Jugendlichen in Luxemburg 2002 2004 ; Motorikstudie 2004,) nous confirment 20% d'enfants obèses parmi les élèves de l'école primaire.*
- *19.1 % des enfants des enseignements préscolaire et primaire examinés par le service médico-scolaire de la ville de Luxembourg, présentent une surcharge pondérale ou de l'obésité (Rapport : Service de médecine scolaire de la ville de Luxembourg, 2004)*
- *13.4 % des filles et 13.2 % des garçons de l'enseignement secondaire présentent une surcharge pondérale, 7.4 % des filles et 10.1 % des garçons souffrent d'obésité. La proportion d'obésité s'accroît considérablement du régime secondaire classique (B1)aux régimes secondaires techniques (B2, B3) Rapport BMI, Médecine scolaire*

Ces évidences soulignent l'urgence d'interventions renforcées en faveur de la promotion d'habitudes alimentaires saines auprès de nos enfants.

Au cadre « école », comme lieu d'apprentissage et de vie des enfants, revient une importance particulière, tant au niveau de l'éducation à la santé, comme à la promotion d'habitudes favorables à la santé.

Comme **première action nationale** nous avons conçu un sac « petit déjeuner », qui contient une lettre d'information aux parents, deux grilles horaires (français et allemand) avec des messages « collations saines » pour les récréations ainsi qu'un petit set de crayons à colorer. Nous avons choisi comme public cible les tout petits c'est à dire les enfants de l'école maternelle et les élèves de la première primaire ainsi que leurs parents que nous espérons intéresser ainsi à l'adoption de bonnes habitudes alimentaires, notamment en ce qui concerne le petit déjeuner et la collation de 10 heures de leurs enfants. C'est via nos partenaires de la médecine scolaire que la distribution dans toutes les communes sera assurée à partir de fin octobre.

### Le sac « petit déjeuner »



## La lettre d'information aux parents



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
Ministère de la Santé  
Direction de la Santé

*Luxembourg, septembre 2006*

Chers parents,

A l'occasion de la rentrée scolaire je tiens à vous féliciter : votre enfant est devenu grand ; il(elle) entre à l'école ! Une nouvelle étape de vie commence pour lui, ainsi que pour vous. Une étape pleine de découvertes, d'apprentissages et d'aventures. Pour que tout se passe au mieux, le Ministère de la Santé est très soucieux de vous rendre attentifs à l'importance d'une alimentation bien équilibrée et notamment à l'importance du petit déjeuner pour la santé et le bon développement de l'élève. Veuillez consacrer quelques minutes à la lecture de la grille horaire qui vous aidera à organiser sa « semaine scolaire ». Elle contient des informations importantes et des propositions pour varier le petit déjeuner et la collation de dix heures. L'alimentation saine et l'activité physique régulière sont des thèmes phares de notre politique de santé publique puisqu'ils sont des facteurs déterminants pour la protection et le maintien de la bonne santé pour nous tous.

Chère maman, cher papa, investissez dans la santé de votre enfant et dans la vôtre en lui servant de bon exemple. Apprenez-lui dès aujourd'hui à adopter les bons réflexes en matière d'alimentation saine et équilibrée et en matière d'activité physique régulière, habitudes tellement importantes pour la santé !

Sehr geehrte Eltern,

Herzlichen Glückwunsch! Ihr Kind kommt in die Schule! Eine neue und wichtige Etappe im Leben Ihres Kindes beginnt. Es gibt vieles zu entdecken, zu lernen und zu erkunden. Damit Ihr Kind einen möglichst guten Start in diese neue Lebensphase hat, liegt es dem Gesundheitsministerium sehr am Herzen, auf die Wichtigkeit einer gesunden und ausgeglichenen Ernährung hinzuweisen. Ein gesundes Frühstück und ein gesundes Pausenbrot wirken sich positiv auf seine Gesundheit und seine gute Entwicklung aus. Nehmen Sie sich einen Augenblick Zeit um den beiliegenden Stundenplan zu lesen. Er wird Ihnen helfen die „Schulwoche“ Ihres Kindes zu organisieren. Außerdem enthält er wichtige Informationen und interessante Vorschläge zum Thema gesundes Frühstück und Pausenbrot für ihr Schulkind. Eine gesunde Ernährung und eine ausreichende Bewegung sind Schlüsselthemen unserer Gesundheitspolitik, sie sind bestimmende Faktoren für den Schutz und die Aufrechterhaltung einer guten Gesundheit.

Liebe Mutter, lieber Vater, investieren Sie in die Gesundheit Ihres Kindes und in Ihre eigene, indem Sie mit dem guten Beispiel vorangehen. Helfen Sie ihm so früh wie möglich gesundheitsfördernde Gewohnheiten anzunehmen. Eine gesunde und ausgewogene Ernährung, sowie eine regelmäßige körperliche Aktivität sind wichtig für die Gesundheit!

Mars Di Bartolomeo  
Ministre de la Santé

## La grille d'horaire (recto)




**La grille d'horaire (verso)**

# Ma semaine

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
8h-9h						
9h-10h						
<b>Collation</b>	1 tartine* + 1 tranche de fromage + 1 fruit	1 tartine* + confiture + 1 verre de lait	1 yaourt au muesli + 1 fruit	1 barre de céréales (peu sucrée) + 1 verre de lait	1 yaourt aux fruits + petits-beurre	1 tartine* + 1 tranche de jambon + 1 verre de lait
10h-11h						
11h-12h						
14h-15h						
15h-16h						

\* 1 tartine (de préférence pain complet) ou 1 petit pain ou 1 morceau de baguette


 LE GOUVERNEMENT  
DU QUÉBEC  
Ministère de l'Éducation  
et de la Formation  
Diversité et Équité

otmsol