

## Maîtresse, c'est quoi l'équilibre alimentaire ?



*Jus, pain beurre ou confiture et yaourt : les parents savaient que le petit-déjeuner serait pris à l'école ce matin-là.*

Honnan Massour

Mardi 22, les maternelles de l'école Saint-Yves étaient arrivées sans prendre le petit-déjeuner à la maison : au programme du jour, il y avait un petit-déjeuner à la cantine pour revenir ensemble sur un travail collectif sur l'alimentation menée par les grandes sections de Fabienne Le Boudec avec l'aide d'Amélie Meleder Salagnac, diététicienne et maman d'Angèle, qui est intervenue sur les notions d'équilibre alimentaire.

Pour conclure ce travail, les petits, moyens et bilingues étaient là aussi avec les maîtresses Christine Le Gwern et Véronique Trémintin. Fabienne Le Boudec précise « c'est parti d'un spectacle vu par la classe, on s'est dit que ce sujet était à exploiter. On l'a exploré dans ses différents thèmes (le corps humain, le système digestif, le classement des

aliments par familles) et les parents ont apporté leurs compétences, ça dynamise ce qu'on fait en classe. » Un autre parent d'élève avait fourni du jus de pomme artisanal.

Amélie Meleder Salagnac enchaîne en présentant son travail aux plus petits : « j'essaie d'apprendre aux gens comment manger ce qui est bon pour nous. Dans un petit-déjeuner équilibré, c'est bien d'avoir des céréales ou du pain, un produit laitier, un fruit, sous forme de boisson, de yaourt, de jus, de compote... »

Un autre projet d'année tourne autour de la sophrologie avec l'ensemble des maternelles. Dix mardis dans l'année, Hélène Resnais intervient une demi-heure avec les maternelles.