

---

# Rapport d'activités

---

---

# 2019

---



# Table des matières

<b>Introduction</b> .....	<b>3</b>
<b>Organigrammes</b> .....	<b>4</b>
Conseil de Fondation .....	4
Senso5 et Pôle Alimentation / Promotion santé Valais .....	5
<b>Axe Ecole</b> .....	<b>6</b>
Temps forts.....	7
Ecole en chiffres.....	9
Perspectives.....	10
<b>Axe Seniors</b> .....	<b>11</b>
Alimentation, autonomie et qualité de vie chez les seniors.....	12
Perspectives.....	16
<b>Axe Ville de Sion</b> .....	<b>17</b>
Projets.....	18
Perspectives.....	20
<b>Communication</b> .....	<b>21</b>
www.senso5.ch .....	22
Fourchette-Baskets (Facebook) .....	24
Article .....	25
<b>Conclusion</b> .....	<b>26</b>
<b>Remerciements</b> .....	<b>26</b>

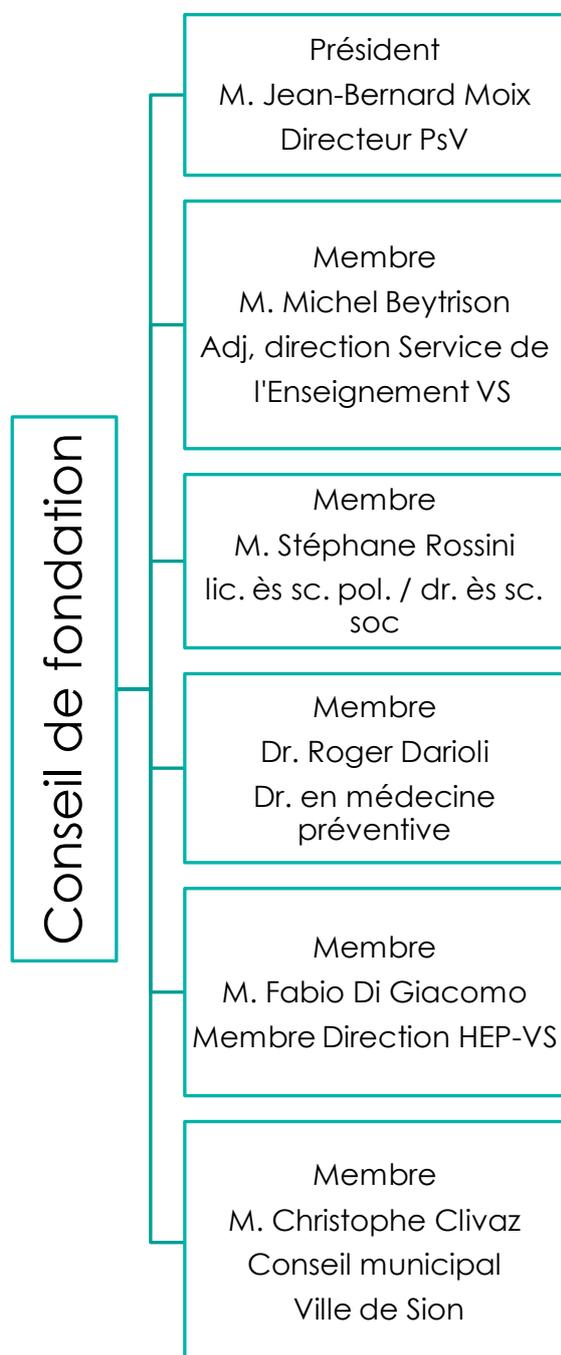
## Introduction

L'année 2019 fut une année importante pour le développement du réseau de la Fondation Senso5.

Dans le cadre de ses activités, la fondation a poursuivi son intégration au sein de Promotion santé Valais et plus particulièrement auprès du domaine « Promotion de la santé » et de son pôle « Alimentation et Mouvement ». La fondation collabore étroitement et régulièrement sur différentes actions avec le CAM (Centre Alimentation Mouvement) et Fourchette verte Valais.

La densité des activités de la Fondation Senso5 a pu ainsi s'intensifier et les trois principaux axes d'action se sont développés : axe Ecole, axe Seniors et axe Ville de Sion.

## Organigrammes

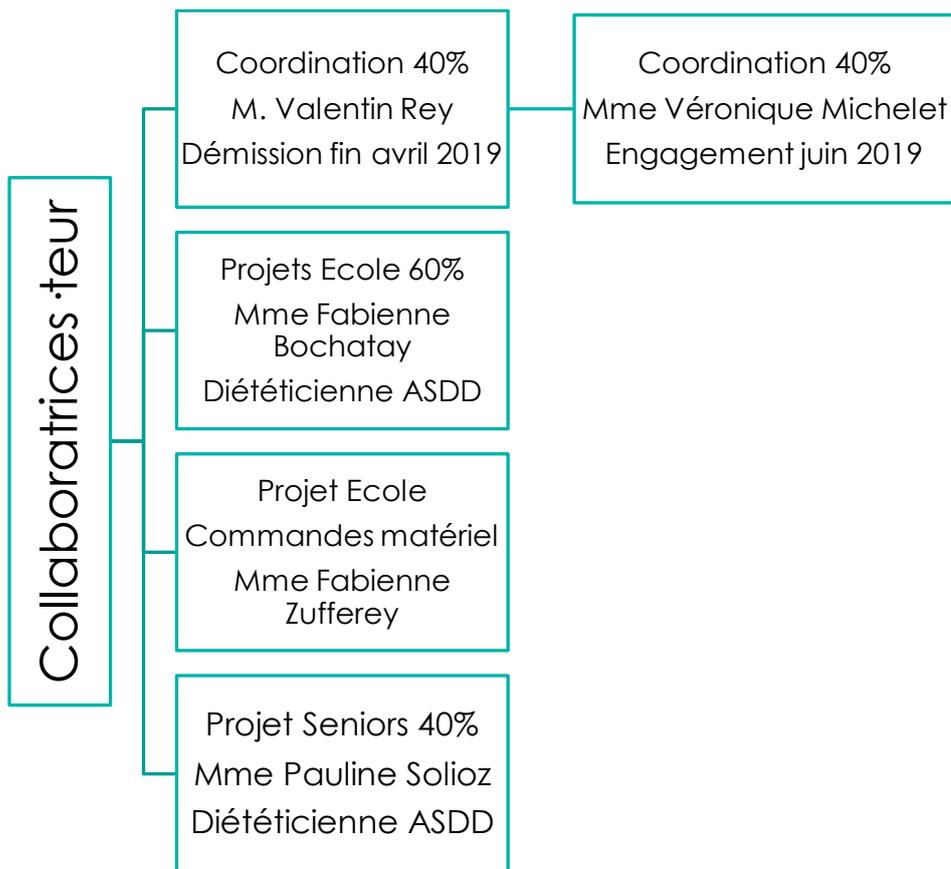


### Démission 2019

Le conseil de fondation a vu le nombre de ses membres se réduire suite à l'annonce de deux démissions transmises lors des séances du conseil en novembre 2018 et mai 2019.

Nous profitons pour leur transmettre nos plus sincères remerciements pour leur implication et leur engagement pour la fondation.

- M. Stéphane Rossini a transmis sa démission suite à son engagement à Berne en tant que Directeur de l'OFAS.
- Mme Nathalie Farpour-Lambert, pédiatre et Directrice du programme Contrepoids, a également quitté le conseil fin 2018.



Pôle Alimentation et Mouvement  
Promotion santé Valais

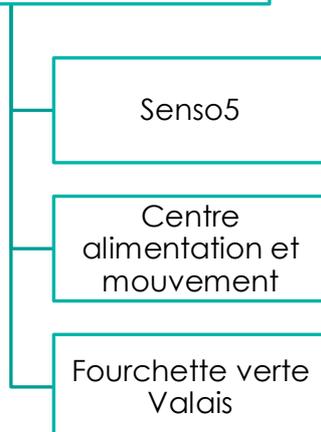




Figure 1 [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)

Axe  
Ecole

## Temps forts

### **Ecoles primaires, secondaires et autres**

#### **Formations :**

Intervention en établissement, **éducation à l'alimentation: 70 enseignant-e-s, Nendaz**

Intervention en établissement sur **l'environnement alimentaire, 8 enseignant-e-s, Saint-Guérin, Sion**

Interventions dans la **formation initiale**, Loèche 2 soirées et HEP-VS Saint-Maurice 2 journées, **100 étudiant-e-s**

**Formation F3** - 6 intervenant-e-s, 4 nouveaux enseignant-e-s formateurs-trices et 5 coordinateurs-trices de Genève

#### **Intervention / animation :**

**23 janvier**, Ecole d'Ardon, **50 élèves**

**4 avril**, Lycée Collège des Creusets sur **comment les sens influencent nos choix alimentaires, 50 élèves**

**29 mars**, CO de la Tuilerie, sur le **thème du sucre + atelier cuisine, 36 élèves**

**18 août**, **Fête de l'eau** – explorer le goût de l'eau et expérimenter la réaction de vêtements dans de l'eau – **400 participant-e-s**

**12 septembre**, **Rallye des écoles** de la fête du goût 2019 avec pour thématique **« Cache-cache dans nos boissons »** : développer un esprit critique et une palette de connaissances à base de boissons aromatisées aux fruits et herbes aromatiques, **170 enfants de 5-6H**

**7 novembre**, Formation petite enfance, **alimentation du nourrisson et petit enfant, 20 professionnel-les de la petite enfance**

**15 et 16 novembre**, Planète santé, **le rôle des sens dans l'acte de manger, 36 personnes**

### **Outils didactiques Senso5 :**

Groupe de travail avec la HEP de Fribourg pour développer les outils du cycle 2

Développement d'une nouvelle base conceptuelle sur laquelle s'ancre les nouveaux outils.

Contact avec une Haute Ecole scientifique pour compléter l'expertise HEP-FR pédagogique germanophone

Participation + échange avec Genève sur les formations des enseignant-e-s

### **Coordination :**

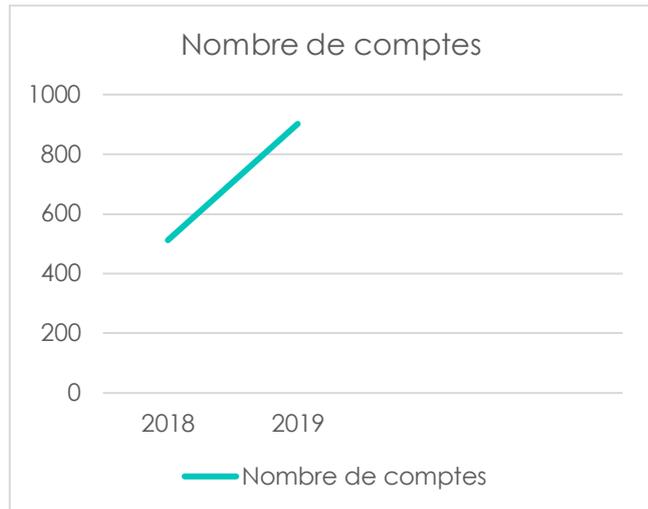
Journée stratégique pour définir vision et modalité de collaboration entre institutions (SE – HEPVS)

Transition nouvelle coordinatrice

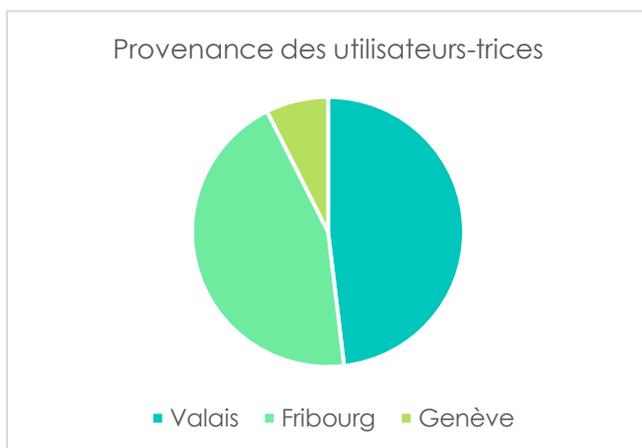
## Ecole en chiffres

### Extranet :

Afin d'utiliser les séquences pédagogiques, les enseignant-e-s créent un compte d'utilisateurs-trices sur l'extranet du site de la fondation. Nous avons constaté que le nombre de comptes a presque doublé en 2019. Il est passé de 512 à 902, soit une augmentation de 390 comptes.



### Provenance des utilisateurs-trices :



Des licences ont été signées avec les cantons de Genève et de Fribourg.

A Genève, des enseignant-e-s du cycle 1 ont été formés-ées sur une base volontaire, soit 59 en 2019 selon les statistiques transmises par l'Etat de Genève.

## Perspectives

- Finaliser la nouvelle base conceptuelle
- Développer de nouvelles collaborations avec une Haute Ecole Spécialisée
- Poursuivre la collaboration avec la HEP-VS, HEP-FR et le groupe d'enseignantes ressources afin d'adapter les activités du cycle 2
- Poursuivre la collaboration avec la HEP-FR pour adapter les outils du cycle 1 au Lehrplan 21



Figure 2 [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)

# Axe Seniors

# Alimentation, autonomie et qualité de vie chez les Seniors

Pour rappel, l'objectif général du projet est d'améliorer l'alimentation des seniors afin de couvrir leurs besoins (promotion de la santé) en tenant compte du plaisir de manger et du degré de délégation des repas. Pour ce faire, une boîte à outils, regroupant plusieurs projets, a été initiée en 2018.

## CAPSULES VIDEOS

**Mandat** attribué à [Pentamédia](#), entreprise basée à Sion.

**15 thématiques** liées aux facteurs de risque des seniors

L'appétit, l'hygiène en cuisine et contamination, l'hydratation, la dénutrition, les collations protéinées, la vue, le goût et l'odorat, le mouvement, le plaisir aux repas, les troubles digestifs, l'ostéoporose, le budget, les risques en cuisine et le manger-main.

**10 professionnel-les** interviennent afin de présenter la problématique et apporter des conseils.

**Sous-titrage** en français et en allemand

**Première diffusion** au 1<sup>er</sup> semestre 2020



Figure 3 Capsule vidéo "L'appétit"

## ASTUCES ET RECETTES EN CUISINE

**Outil** qui traite de l'organisation de la cuisine et des courses.

**Collaboration** avec Sébastien Turrian, cuisinier en diététique qui travaille à l'EMS [Les fleurs du temps](#) à Fully.

**Objectif** visant à permettre aux seniors de rester le plus longtemps autonomes dans leur alimentation.

**Conseils pratiques** pour favoriser une autonomie dans l'acte alimentaire (achat, préparation, sécurité, hygiène).

**Recueil de recettes** adaptées aux problématiques rencontrées par les seniors.

**En ligne** sur le site de Senso5. Afin de le rendre plus interactif, une adaptation du site est en réflexion.

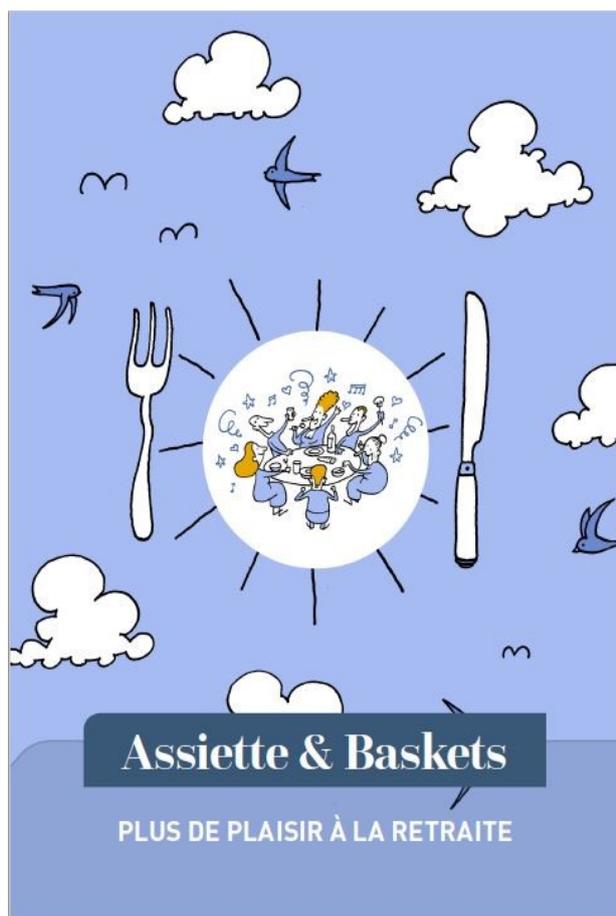


Figure 4 Page de couverture brochure

## **BROCHURE « Assiette & Baskets »**

**Conseils pour la prévention de la dénutrition et de la déshydratation des seniors.**

**5000 exemplaires** en français

**Diffusion** auprès des partenaires en collaboration avec la campagne de prévention du jeu excessif.

**Traduction et impression de 3000 exemplaires en allemand**

**Distribution auprès des partenaires du Haut-Valais**

**3000 exemplaires réimprimés** en français

**Diffusion à l'échelle nationale** grâce au réseau de Promotion Santé Suisse en 2020.

© graphisme : [Pauline Lugon](#)

© illustrations : [Ambroise Héritier](#)

## FORMATION

**Création d'une formation** sur la dénutrition et la déshydratation des seniors à destination des CMS (collaborateurs-trices et bénévoles).

**Collaboration** avec le cabinet de Nutrition et Diététique ([CND](#)) basé à Sion.

**Premier test** de la formation sur le site du **CMS de Martigny, janvier 2019**

90 personnes formées

6 demi-journées

**Profils des professionnel·les formé·es** : infirmier·ères, assistant·e·s en soins et santé communautaire (ASSC), aides familiales, auxiliaires de ménage, auxiliaires de vie, ergothérapeute, physiothérapeute, gestionnaire en intendance, bénévoles de la livraison des repas.

**Formation** organisée au **CMS de Sion, novembre et décembre 2019**

150 personnes formées

6 demi-journées

Toutes les professions étaient représentées et les bénévoles de la livraison des repas à domicile ont aussi participé.

### Objectifs de la formation :

- Améliorer la prévention de la dénutrition et favoriser le maintien de la personne âgée à domicile.
- Acquérir des connaissances théoriques spécifiques sur l'alimentation de la personne âgée et valoriser les outils de dépistage développés par Senso5.
- Rechercher ensemble des solutions pratiques et réalistes que les participants puissent mettre rapidement en application.

#### FORMATION

## Maintien de la santé et de l'autonomie de nos aînés

### Et si la solution se trouvait dans leur assiette ?

Vivre en bonne santé, de manière autonome le plus longtemps possible représente un enjeu majeur de santé publique. Chez les personnes de 60 ans et plus, conserver une bonne santé et maintenir une qualité de vie satisfaisante passent par une alimentation qui couvre leurs besoins. Cependant, il arrive parfois que des facteurs biologiques, psychologiques ou sociaux viennent entraver l'appétit et le plaisir de manger des seniors.

Cette formation est construite autour d'apports théoriques, d'ateliers pratiques et de réflexions collectives. Elle s'adresse à vous tous, professionnels et bénévoles du CMS. Vous avez tous un rôle à jouer pour la santé, la qualité de vie et l'autonomie des seniors que vous côtoyez.

#### Points forts de la formation :

- Spécialement conçue pour tous les professionnels travaillant dans les centres médico-sociaux
- Comporte des apports théoriques mais aussi des mises en situation afin de mettre en pratique les notions présentées
- Fondée sur des ressources scientifiques et des données probantes (Evidence based practice)
- Donnée par des professionnelles diplômées en nutrition et diététique
- Renforcement des synergies entre les différents professionnels du CMS pour une prise en charge commune efficace



© graphisme : [Pauline Lugon](#)  
© illustrations : [Ambroise Héritier](#)

Figure 5 Flyer formation CMS

## FORMATIONS SUR MANDAT

### Récapitulatif des formations données

**21 février**, intervention lors d'une journée de formation « **alimentation et mouvement de la personne âgée** » à l'**IUKB de Bramois**.

**Conférence et atelier** pratique sur le **déclin sensoriel** proposés à un **public varié** : d'infirmiers-ères, ASSC, cuisiniers-ères, cuisiniers-ères en diététique, physiothérapeutes, diététicien-n-e-s et personnel-les d'institutions extrahospitalières (EMS, CMS, indépendant-e-s, etc.). **60 participant-e-s**.

**2 mai**, participation au **CAS Les essentiels gériatriques** donné à la **HES de Sion**. Ce CAS regroupe 6 journées de formation sur différentes thématiques (prévention des chutes, mouvement, alimentation et santé psychique). La partie alimentation se déroulait sur une demi-journée. **15 participant-e-s**.

**3 juin**, formation de 8 périodes de 45 minutes a été donnée à l'**ORTRA SSVS**. Proposée dans le cadre des cours de formation continue des assistant-e-s en soins et santé communautaire (ASSC). **15 participant-e-s**.

**Juin et septembre**, mandat reçu du **Service de la santé publique du canton de Fribourg** pour animer un atelier sur le déclin sensoriel dans le cadre du Programme cantonal fribourgeois "**Je mange bien, je bouge bien**" : **Formation/sensibilisation du personnel soignant sur la thématique Alimentation des seniors**.

Deux ateliers de 45 minutes ont été donné en français et un en allemand avec la collaboration de **Nutriteam**, mandaté pour la traduction et l'animation en allemand.

**6 novembre**, formation pour les **Bachelor en Soins infirmiers** à la **HES de Sion**. **80 participant-e-s**.

## Perspectives

- Formation « Les essentiels gériatriques » automne 2020, CAS
- Formation de 2 soirées sur demande du foyer de jour [Chantoverit](#) à Martigny
- Adaptation de la mise en ligne de deux outils
  - Recettes et astuces en cuisine
  - Tester ses sens
- Ateliers sur le déclin sensoriel proposés lors de l'atelier cantonal de Promotion santé Valais prévu en septembre 2020 (reporté à janvier 2021)
- Evaluation et adaptation de la formation proposée aux CMS suite au retour des participant-e-s.
- Promotion de la nouvelle proposition de formation et sollicitation des CMS du Valais romand.
- Traduction de la nouvelle proposition de formation et sollicitation des CMS Haut-Valaisans.
- Intervention prévue au printemps 2020 sur la page « Santé » du Nouvelliste.



Figure 6 [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)

Axe

Ville de Sion

# Projets

Petite enfance



## • "A la découverte de l'eau"

- Outil de promotion /prévention de la santé pour les UAPE et les crèches de la Ville de Sion
- Testé en 2019
- Diffusé auprès de toutes les structures d'accueil de la ville de Sion (crèches et UAPE), en automne 2020 avec la collaboration de Fourchette verte Valais.

Ecole



## • Activité pédagogique sur l'environnement alimentaire.

"Quelle est l'influence de ce que rencontre l'enfant sur le trajet maison-école, sur ses choix alimentaires?"

- En collaboration avec la HEP-VS
- Formation proposée à Sion en 2019 (gratuité)
- Participation: huit enseignant-e-s d'économie familiale
- Adaptation au cycle 1 et 2 possible
- Reconduite selon demande

Ecole



## • Fontaines à eau dans les établissements scolaires de la Ville de Sion

- Plusieurs établissements concernés
- Mandat attribué à Myriam Bouverat, didacticienne en éducation à l'alimentation à la HEP-VS, de développer quatre moyens pédagogiques:
  - L'eau dans tous ses états
  - L'eau pour la vie
  - Une fontaine à l'école
  - Les fontaines autrefois et aujourd'hui
- Un projet ESR / OIKEN
- En cours

Figure 7 Poster réalisé avec Fourchette verte Valais

Figure 8 Document « prezi » réalisé pour la formation donnée en février 2019

Figure 9 ©Véronique Michelet, fontaine devant l'école d'Uvrier, 2019

Tout public

Ecole

Seniors



• **"Journée de l'eau "**

- 1<sup>ère</sup> participation
- Estimation de 400 participant-e-s
- 5 activités proposées
- A reconduire



• **Rallye des écoles de la "Fête du goût"**

- Thème: "Cache-cache dans nos boissons"
- 170 élèves de 5 et 6H
- 7 partenaires impliqués:
  - Office du tourisme Sion
  - CAM
  - Fourchette verte VS
  - Association du pain de seigle
  - FRC
  - Sirops Morand
  - Senso5
- 7 bénévoles
- 6 stands proposés
- Enthousiasme général



• **Poursuite du développement de la boîte à outils**

• **Formation des collaborateurs du CMS de Sion**

- "Maintien de la santé et de l'autonomie de nos aînés. Et si la solution se trouvait dans nos assiettes?"

- 150 collaborateurs formés

- Tarifs adaptés selon les liens entretenus avec la Ville de Sion

• **Participation à la séance de la commission des aîné-e-s de la Ville de Sion**

Figure 10 Affiche stand Senso5, Journée de l'eau 2019

Figure 11 © Didier Mouthon, classe 5-6H. Champsec

Figure 12 www.pixabay.com

# Perspectives

## **Petite enfance**

Finaliser l'outil « A la découverte de l'eau »

Diffusion

Evaluation

## **Tout public**

« Journée de l'eau »

Proposition de mener une réflexion quant à l'élaboration du panier afin de solliciter les compétences en alimentation de la Fondation Senso5

Intérêt à participer à l'événement

## **Seniors**

Poursuite du développement de la boîte à outils

Evaluation de la formation auprès des collaborateurs-trices du CMS de Sion

## **Ecole**

Fontaines

Finaliser les outils selon disponibilité de Mme Bouverat

Ligne graphique ESR

Diffusion dans les établissements concernés

Signalétique, plaquette?

Rallye des écoles / Fête du goût

Fiches pédagogiques pour le cycle 3 (sous réserve du mandat)

Refonte des outils pédagogiques du cycle 1 et 2



Figure 13 [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)

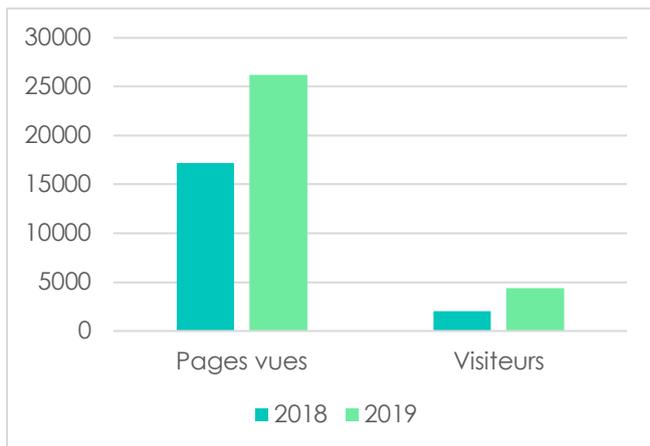
# Communication

En 2018, le site de la fondation [www.senso5.ch](http://www.senso5.ch) a été entièrement repensé et repris suite à un mandat donné à l'agence-conseil en marketing et internet [Boomerang](#) établie en Valais. Les données dont nous disposons débutent en mai 2018.

Statistiques 2019 :

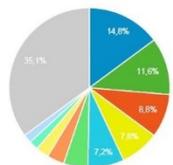
Pages vues : 26'622

Visiteurs-teuses : 4'400



Pages vues :

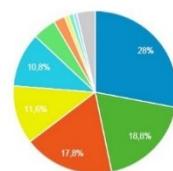
	26 622 % du total: 100,00 % (26 622)	26 622 % du total: 100,00 % (26 622)
1. /	3 943	14,81 %
2. /friextranet-6.html	3 076	11,55 %
3. /frienseignant-48.html	2 345	8,81 %
4. /fri/materiel-didactique-senso5-81.html	2 088	7,84 %
5. /frihomepage.html	1 930	7,25 %
6. /fri/senso5-dans-ecoles-132.html	1 308	4,91 %
7. /friextranet-pour-enseignant-5.html	918	3,45 %
8. /ftri1h-2h-63.html	702	2,64 %
9. /fri/seniors-13.html	495	1,86 %
10. /fri/suances-autour-sens-89.html	460	1,73 %



La page qui compte le plus de vue est [www.senso5.ch](http://www.senso5.ch).

Origine des utilisateurs-trices :

	3 428 % du total: 77,21 % (4 440)	3 428 % du total: 77,21 % (4 440)
1. Vaud	1 048	28,00 %
2. Geneva	703	18,78 %
3. Valais	667	17,82 %
4. Zurich	436	11,65 %
5. Fribourg	403	10,77 %
6. Canton of Bern	173	4,62 %
7. Neuchatel	83	2,22 %
8. Lucerne	33	0,88 %
9. Canton of Zug	32	0,85 %
10. Basel-Landschaft	29	0,77 %

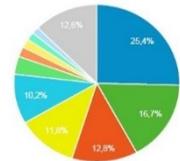


La première origine des utilisateurs-trices est le canton de Vaud bien qu'il ait refusé de signer une convention avec la fondation.

### Pages consultées et origine des utilisateurs-trices :

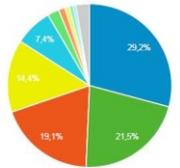
[www.senso5.ch](http://www.senso5.ch)

		3 943 % du total: 14,81 % (26 622)	3 943 % du total: 14,81 % (26 622)
1.	Vaud	1 000	25,36 %
2.	Valais	658	16,69 %
3.	Geneva	505	12,81 %
4.	Fribourg	465	11,79 %
5.	Zurich	402	10,20 %
6.	Canton of Bern	145	3,68 %
7.	Jeollabuk-do	80	2,03 %
8.	Virginia	72	1,83 %
9.	Neuchatel	64	1,62 %
10.	(not set)	55	1,39 %



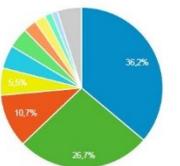
### Extranet

		3 076 % du total: 11,55 % (26 622)	3 076 % du total: 11,55 % (26 622)
1.	Vaud	898	29,19 %
2.	Valais	661	21,49 %
3.	Fribourg	586	19,05 %
4.	Geneva	442	14,37 %
5.	Zurich	229	7,44 %
6.	Canton of Bern	70	2,28 %
7.	Schaffhausen	39	1,27 %
8.	Neuchatel	29	0,94 %
9.	Basel-Landschaft	22	0,72 %
10.	Canton of Zug	17	0,55 %



### Seniors

		495 % du total: 1,86 % (26 622)	495 % du total: 1,86 % (26 622)
1.	Valais	179	36,16 %
2.	Vaud	132	26,67 %
3.	Geneva	53	10,71 %
4.	Zurich	27	5,45 %
5.	Fribourg	23	4,65 %
6.	Canton of Bern	20	4,04 %
7.	Neuchatel	13	2,63 %
8.	Basel-Landschaft	11	2,22 %
9.	(not set)	7	1,41 %
10.	Jura	6	1,21 %



## Fourchette-Baskets

La page Fourchette-Baskets est un projet initié par les membres du pôle Alimentation et Mouvement en 2018.



Figure 14 Page Facebook Fourchette-baskets

Face à de nombreux questionnements de la population ainsi qu'aux différentes idées reçues gravitant autour de l'alimentation, du mouvement et de l'image corporelle, les initiateurs-trices de ce projet souhaitent créer une page sur les réseaux sociaux dédiée à la santé, qui traite des 3 thèmes précités sur un ton amical, parfois même humoristique, afin d'informer et sensibiliser la population.

### **En 2019 :**

- 185 publications / 3,5 par semaine
- 600 partages
- 700 nouveaux abonné-e-s (1200 au total)
- 3300 « j'aime »

Une progression linéaire et prometteuse pour l'avenir de Fourchette-Baskets, en prenant en compte que cette activité de Community Management est effectuée par les membres du pôle en annexe de leurs tâches quotidiennes.

# Article

Cette article est paru dans l'édition 2019 du magazine pour la semaine suisse du goût « Semaine du goût ». Il présente le Rallye des écoles organisé par le pôle alimentation et mouvement.

**En Valais, plusieurs entités collaborent pour enrichir l'éducation à l'alimentation des enfants. En classe ou dans les institutions parascolaires, les actions financées par Promotion Santé Suisse et le canton encouragent des habitudes saines aussi bien qu'un regard critique.**

## Construire le savoir des enfants pour une alimentation saine

Tarin, Sophie Doraz – Photos, DR

**L**a Haute Ecole Pédagogique travaille de concert avec la Fondation SensoS, Fourchette Verte Valais, le Centre alimentaire et mouvement pour former les enseignants à la science de l'alimentation en apportant un savoir de qualité et indépendant aux élèves. Grâce au financement de Promotion Santé Suisse et Promotion Santé Valais, des mesures concrètes sont mises en place sur le terrain pour développer un rapport serein et responsable à la nourriture.

### A la crèche, à l'école et à la maison

« Le but de l'éducation à l'alimentation - inscrit dans le Plan d'Education Romand - vise à apporter une meilleure connaissance des mécanismes nutritionnels, économiques et environnementaux en lien avec la nourriture », explique Myriam Bosven, diététicienne au sein de la HEP Valais. Pour ce faire, du matériel pédagogique a été développé par la Fondation SensoS et est mis à disposition des enseignants. « Pour le moment, il s'agit d'une brochure à option dans la formation des enseignants. Nous aimerions toutefois renforcer l'étude de ce thème », souligne Fabienne Buchard de la Fondation SensoS. Les actions entreprises par les différentes institutions rejoignent ainsi l'initiative populaire lancée par José Ziyad. Le président de Slow Food Suisse et co-fondateur de la Semaine suisse du Goût milite pour que l'éducation à l'alimentation soit inscrite dans la Constitution.

En dehors des salles de classe, Fourchette Verte Valais complète les actions de SensoS en labellisant les structures parascolaires servant des repas. L'association développe également des outils à destination des éducateurs. « Cela les aide à composer des menus équilibrés ou à gérer un enfant qui refuse de manger », détaille Christelle Dayer, coordinatrice de l'association pour le Valais.

### — SION PROPOSE CHAQUE ANNÉE UN RALLYE DU GOÛT AUX ÉLÈVES DE 5 ET 6 HARMOS. —

En outre, Fourchette Verte Valais dispense des conseils à l'attention des parents. De quoi inciter des comportements sains dans tous les cadres de vie des enfants.

### SENSO S Quand l'apprentissage passe par les sens

Manger n'est pas qu'une affaire de goût. La dégustation d'une pomme passe d'abord par la vue, puis par le toucher et l'odorat. Une fois en bouche, le croquant du fruit réveille l'ouïe. Puis, son goût se libère. Bien que

cela passe souvent inaperçu, les cinq sens sont au cœur de chaque expérience gustative. Ainsi, pour aborder l'alimentation avec les enfants des écoles valaisannes, la Fondation SensoS développe des outils pédagogiques à destination des enseignants permettant d'affûter les sens des élèves. Mais pas seulement.

### Dépasser la peur de l'inconnu

Les activités proposées par SensoS encouragent les enfants à explorer l'univers de l'alimentation. « A l'aide de ses 5 sens, l'enfant nomme et mémorise ses perceptions. Un aliment moins connu ou peu apprécié va petit à petit être apprécié, apprécié et au final agrandir son répertoire de produits familiers, grâce à l'exposition et à la familiarisation », explique Fabienne Buchard, collaboratrice du projet école pour la fondation.

L'accent est mis sur la dégustation de fruits et légumes sans toutefois exclure les friandises. « Il n'y a pas d'aliment interdit. Ce mot n'est jamais utilisé en classe. Bien que nous favorisions la découverte de produits bruts, décriquer le goût d'un bonbon ou d'une chips est aussi intéressant », ajoute Doris Buchard, animatrice pédagogique en charge de l'éducation nutritionnelle en Valais. « Les élèves ont énormément plaisir lors de ces ateliers. Les plus jeunes ont parfois des réticences à l'idée de tester des produits inconnus. Mais la force du groupe les pousse à tenter l'expérience avec des résultats bien souvent positifs. »



### Un apprentissage enrichi pour les plus grands

Les élèves du cycle 2 enrichissent leur apprentissage avec l'étude de la provenance des aliments et de leurs modes de production. « Ce savoir peut être mis en lien avec d'autres branches scolaires. Aussi, les plus grands découvrent les différentes cultures alimentaires à travers le monde », informe Doris Buchard. Tout en revenant régulièrement au plaisir de la dégustation pour reconnecter les enfants à leurs cinq sens.

### « Cache-cache dans nos boissons »

Un rallye éducatif pour les élèves de 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> Harmos. Pour intégrer les enfants des écoles à la Semaine du Goût, la Ville de Sion propose chaque année un rallye du goût aux élèves

de 5 et 6 Harmos. Le parcours est imaginé et organisé en collaboration avec le Centre alimentaire et mouvement de Promotion Santé Valais, Fourchette Verte Valais et la Fondation SensoS. Le 12 septembre, 200 enfants des écoles de la capitale valaisanne partiront à la découverte du rallye dont le thème est « cache-cache dans nos boissons ». Le but de ces ateliers est d'encourager les élèves à développer un esprit critique et élargir une palette de connaissances tout en découvrant des boissons à base de fruits et d'herbes aromatiques », détaille Fabienne Buchard, collaboratrice de la Fondation SensoS.

### Cinq ateliers didactiques

Cinq ateliers permettront aux élèves de découvrir, sentir et goûter différentes boissons à base de fruits et d'herbes aromatiques. Le premier mettra en lumière les

plantes aromatiques, leurs goûts, leurs caractéristiques et leurs infusions. Au deuxième poste, les enfants pourront enrichir leur infusion préférée d'une purée de fruit. Un moyen de comprendre le pouvoir du sucre du fruit. Ensuite, les élèves seront amenés à goûter des boissons fruitées au degré de dilution divers, ce qui permettra d'échanger sur la perception des saveurs et d'aborder le thème de l'adjonction de sucre. Le quatrième atelier informera sur les modes de production en comparant différentes recettes d'une boisson bio et non bio. Quant au cinquième poste, il alliera la dégustation de rafraichissements au mouvement, offrant un espace de détente aux jeunes apprenants.

Figure 15 Article « Construire le savoir des enfants pour une alimentation saine » Magazine national de la Fête du goût, p.76-78, 2019

## Conclusion

L'année 2020 sera marquée par la continuité des projets de 2019 avec comme but commun de promouvoir et d'encourager un rapport sain à l'alimentation chez les différents profils et générations de mangeurs. Ceci se fera en étroite collaboration avec les partenaires de la fondation Senso5.

## Remerciements



VILLE DE SION

