



# Dispositif Territoire éducatif rural.

## Au collège, on apprend à petit-déjeuner pour ne plus arriver le ventre vide

Avec le dispositif Territoire Educatif rural initié par le ministère de l'éducation, le collège Aristide Gallois de Breteuil propose aux jeunes de repenser le petit-déjeuner.

Pour les spécialistes de la nutrition, c'est le repas le plus important de la journée, surtout pour les enfants. Malgré tout, un certain nombre d'entre eux viennent en classe le ventre vide. D'autres mangent à la maison ce qu'ils ont sous la main. « **On a entendu certains jeunes nous dire qu'ils buvaient des boissons énergisantes avec des tuiles de gâteaux apéritifs** », raconte Etienne Bruneau, professeur d'Anglais au collège Evariste Gallois de Breteuil. Ce vendredi 7 octobre, il a pris de son temps pour accompagner la classe dont il est le professeur principal, à un atelier destiné à savoir ce que mangent les collégiens chaque matin.

« **Nous ne sommes pas ici pour faire de jugement, mais simplement pour vous montrer ce qu'est un petit déjeuner équilibré** », clame dans le CDI Mme Stadelmann, infirmière de l'établissement. « **C'est d'autant plus important que le bien-être est un des axes prioritaires du ministère, tout comme l'excellence et la baisse des inégalité** », replace Christophe Dumas, principal de l'établissement.

### Du rab' au petit-dej

Doigt levé, chaque élève va ainsi détailler son petit-déjeuner type. On y retrouve en grande majorité les traditionnels jus d'orange, céréales, brioches et autres chocolats chauds. Mais aussi des originalités comme des crêpes bretonnes, des omelettes, des pancakes ou du bacon pour un vrai « English breakfast ». « **Pour moi, c'est pancakes avec de la pâte à tartiner et du sirop d'érable. Sans blagues** », s'amuse le jeune Nathan devant Virginie Monnier, la professeure documentaliste.

Dans ce petit tour de table qui fait office de sondage des pratiques, les professeurs remarquent que quelques enfants arrivent encore le matin le ventre vide. Dans cette classe de 23 élèves, ils sont quatre à avouer ne pas manger le matin, souvent par manque de temps.

## Des conséquences sur l'attention

Plus étonnant encore chez ces sixième les derniers de la semaine a avoir participé à cette matinale un seul enfant confie prendre un petit déjeuner avec ses parents. Preuve que le premier repas du matin n'est pas toujours sacralisé dans les familles. Pour tenter de faire découvrir des saveurs et initier des changements de pratiques, le collège a réussi à trouver l'aide du Carrefour Market de Breteuil qui a fourni des produits de sa gamme « **bio** », à offrir aux classes de 6e. Flocons d'avoine, pain aux graines de céréales, confitures, jus de fruits et même pommes étaient disposées. Les enfants ont joué le jeu en goûtant de tout, et même aux fruits. Une découverte pour certains, pas toujours concluante. « **Les pommes il faudrait les éplucher, mais j'ai la flemme, et en plus les couteaux ici ne coupent pas bien** », lâche l'un d'entre eux. « **C'est la première fois que je mange des flocons d'avoine. Ca a le goût de rien...** », tranche Nathan. D'autres se régalaient et vont même reprendre du rab'. Les professeurs se rassurent en voyant quelques fruits dévorées en fin de repas.

Pour Mathis, qui a lui aussi pris l'option flocon d'avoine dans son bol, le petit déjeuner a un caractère aléatoire. « **Des fois je n'ai pas envie ou bien je n'ai pas le temps. Mais c'est vrai qu'en fin de matinée j'ai souvent faim et je fatigue** », détaille-t-il. Etre en classe le ventre vide peut effectivement avoir des conséquences sur l'attention des jeunes.

## Gare aux temps d'écran

« **C'est une première expérience mais on va continuer de suivre cette thématique de l'alimentation pendant tout le trimestre** », insiste Virginie Monnier. L'équipe enseignante a déjà pensé à organiser des débats entre les enfants. « **Avec un bâton de parole qu'ils auront fabriqués eux-mêmes, les élèves vont s'écouter parler de sujets comme les fruits de saisons ou l'origine des produits, afin de les inciter à réfléchir à leurs pratiques.** » Des vidéos sur la diététique viendront compléter ce premier acte trimestriel, avant de créer des rencontres avec des CM2, pour que les plus grands transmettent le message aux futurs collégiens.

La suite ? L'équipe du collège se lancera au second trimestre des ateliers sur les temps d'écran. Un fléau de plus en plus répandu. « **En 5e, je dirais que 80% des jeunes ont des téléphones portable. Et la plupart jouent à la console jusqu'à très tard le soir, parfois 2 heures du matin** », détaille Etienne Bruneau. Un dernier volet de ces « **matinales** », concernera le « **vivre ensemble** ». Une initiative qui doit permettre aux jeunes d'éviter les mauvaises pratiques avant d'entamer des études supérieures ou d'entrer dans le monde du travail.

Vincent GUERRIER



Le collège Evariste Gallois a mis en place une semaine spéciale « petits-déjeuners ». Le Réveil Normand



Pour certains, c'était la découverte des flocons d'avoine. Le Réveil Normand

