

## Fiche de capitalisation CEN-2011-15 – Les petits Déj'Malins

**Date de rédaction / mise à jour :** 09/11/2012

**Rédacteur de la fiche :** Isabelle Le Quellec

Référence à(aux) l'action(s) du PNA : **Codif PNA : I-2**

**Région :** Centre

**Département :** 28

**Rédacteur de la fiche et contact:**

Nom et fonction du contact : Isabelle LE QUELLEC responsable service social

Structure / CCAS de Vernouillet

Adresse postale : esplanade du 8 Mai 1945

BP 20113 28509 Vernouillet

Téléphone : 02 37 62 85 30

E-mail : isabelle.lequellec@vernouillet28.fr

**Date de rédaction :** 09/11/2012

**Dernière mise à jour :** 16/11/2012

**Mots-Clés :** Petit déjeuner – alimentation équilibrée – envie - convivialité

**Maître d'ouvrage**

Nom et fonction du contact : Isabelle LE QUELLEC responsable service social

Structure / organisation (si différent de la MO) :

Adresse postale :

Téléphone :

E-mail :

**Type de bénéficiaire / public cible :** Bénéficiaires de l'Épicerie Sociale habitants des quartiers Vauvettes et Tabellionne parmi lesquels des enfants de 5 à 11 ans

**Coût du projet :**

Environ 3000 euros

**Indicateurs**

▪ **De réalisation**

Nombre de « Petits déjeuners » organisés, nombre de participants, âge, sexe, quartiers d'habitation

▪ **De résultats**

Questionnaires de satisfaction, retour après expérience de la part des bénéficiaires, bilan qualitatif

**Calendrier du projet**

• **Date de début de l'action:**

Novembre 2011

• **Date de fin (prévisionnelle) :**

Novembre 2012

### **Présentation résumée (5 à 6 lignes maximum)**

*La lecture de cette rubrique doit permettre au lecteur de disposer des éléments de compréhension de l'opération (activités principales, pilotage, partenariats nécessaires, principal résultat...).*

Quatre petits déjeuners pris en famille sous forme de buffet avec information sur l'apport et intérêt nutritionnel des familles d'aliments. Le projet était piloté par l'Epicerie Sociale et animé par deux travailleurs sociaux du CCAS ainsi que par la chargée de projet « Prévention obésité » de l'Unité de Prévention et d'Education de l'hôpital de Dreux. Partant du constat que les habitudes autour du petit déjeuner sont peu favorables (pas de repas ou bien peu, voire, pas équilibré). L'action a permis une prise de conscience des freins par les enfants et les parents face à la prise de ce repas et d'y travailler.

### **Objectif(s) visé(s)**

*Il s'agit ici de présenter les objectifs opérationnels visés, c'est-à-dire ceux qui doivent être atteints par l'action/le projet à son terme. Ce sont les objectifs sur la base desquels l'évaluation de "l'efficacité" sera effectuée.*

Sensibiliser parents et enfants sur les bienfaits de la prise du petit déjeuner et sur son intérêt nutritionnel lorsqu'il est équilibré.

Apporter une information simple et accessible mais complète

Accompagner un changement des comportements des parents et des enfants par rapport à ce repas

### **Contexte**

*Cette rubrique vise à indiquer les éléments de diagnostic et/ou de situation socio-économique, culturelle, environnementale, autres qui ont amené la décision de lancer l'action.*

Le taux de chômage de la commune de Vernouillet se situe au delà de 20% et le taux de bénéficiaires des minima sociaux y est très élevé. Or, la précarité est, on le sait, un facteur favorisant une dégradation de l'état de santé des populations touchées et notamment une prévalence de l'obésité et du diabète.

### **Description détaillée de l'action**

- *Processus ayant conduit le maître d'ouvrage à mettre en œuvre l'action*
- *Période et principales étapes de mise en œuvre de l'action, leur durée. Indiquer où on en est et ce qu'il reste éventuellement à faire*
- *Gouvernance de l'action, partenariats, rôle des partenaires, montage administratif, cadre juridique, réglementaire*
- *Description du fonctionnement de l'action dont moyens humains et techniques. Indiquer également si un dispositif d'évaluation est prévu, ses éventuelles modalités, budgets, etc.*

Depuis 2008, l'Epicerie Sociale met en œuvre le projet « La santé aux 4 saisons » qui vise à offrir aux bénéficiaires de l'aide alimentaire un accès aux soins de santé mais aussi à la prévention. Dans ce cadre, se sont développés plusieurs projets autour de l'équilibre alimentaire en l'abordant d'une manière globale : à côté des ateliers à cuisine, une nouvelle action autour du petit déjeuner a donc été conçue en 2011, permettant de travailler également sur les relations parents/enfants afin de faire évoluer les comportements en famille.

Le projet a été conçu en 2011 et a eu lieu en 2012.

Le porteur de projet, service social, a sollicité l'expertise de la chargée de projet « Nutrition/prévention de l'obésité » de l'UPE et le projet a pu être monté en total partenariat tant dans ses objectifs que dans la mise en œuvre (co-animation). Il revenait au porteur de mobiliser les familles.

### **Moyens humains :**

1. Rédaction du projet (objectifs, mise en œuvre, calendrier prévisionnel, évaluation) : 2 travailleurs sociaux du service social et la chef de service
2. Mobilisation du public et information du public pour constituer des groupes de parents et d'enfants pour chaque animation : 3 travailleurs sociaux présents trois demi-journées par semaine pour l'ouverture de l'Epicerie
3. Réunions préparatoires avec l'UPE et le service social (2 agents) pour chaque séance
4. Achats des denrées par l'équipe du service social
5. Animation : deux travailleurs sociaux du service ont co-animé les séances avec la diététicienne de l'UPE
6. Réunion de bilan entre les deux partenaires à l'issue des quatre animations (2 animateurs du service)
7. Traitement des outils d'évaluation et bilan final (chef de service et animateurs)

**Description des actions :**

Déroulement de l'intervention :

- Présentation de l'intervenante
- Prise de petit-déjeuner. Les habitants devaient remplir un passeport avec des gommettes correspondant à différents groupes d'aliments
- Jeu autour de personnages fictifs « A qui je ressemble lors du petit-déjeuner »
- Discussion sur le petit-déjeuner, les leviers et les freins de la prise d'un petit-déjeuner, les différences entre celui pris aujourd'hui et ceux pris habituellement
- Apport d'informations sur les différents groupes alimentaires
- Remise de la documentation
- Evaluation

Thèmes abordés

- Le petit-déjeuner
- Les freins à la prise du petit-déjeuner
- Les groupes d'aliments
- Explication des « 5 fruits et légumes par jour »
- Rôle du calcium
- Explications sur le coca et le coca light, les boissons énergisantes
- Discussion sur le fait que l'état émotionnel, la santé mentale peuvent avoir une influence sur nos comportements alimentaires
- Discussion sur le fait qu'on peut trouver du plaisir grâce à l'ambiance, la décoration d'une table...

**L'évaluation**

Au total **56 personnes** ont suivi les **4 ateliers** dont 27 enfants (22 ayant moins de 10 ans) et 5 plus de 10 ans. : Près de  $\frac{3}{4}$  étaient de sexe féminin,  $\frac{1}{3}$  étaient des enfants,  $\frac{2}{3}$  habitaient en quartiers ZUS (Tabellionne et Vauvettes en égales parties).

Questionnaires à l'issue de chaque séance (voir détail en annexe)

Bilan oral après chaque séance avec les participants

Réunion « debriefing » après chaque séance entre les 2 animateurs du service et la diététicienne de l'UPE.

**Le budget réalisé**

<b>BUDGET PETITS DEJEUNERS PEDAGOGIQUES REALISE 2012 (HT pas de TVA)</b>			
<b>DEPENSES</b>	<b>MONTANT€</b>	<b>RECETTES</b>	<b>MONTANT€</b>
<b>60 - Achats</b>		<b>74 - Subventions d'exploitation</b>	
Fournitures non stockables	202 €		
Achats fruits et légumes	125 €		
<b>61 - Services extérieurs</b>		ARS	231€
- Locations immobilières +charges	0		
<b>62 - Services extérieurs Autres</b>		DRAAF	2 500 €
Déplacements, missions	20 €		
Rémunération animatrice UPE	500 €		
Rattachement à la collectivité +Tél	145€		
<b>63 - Impôts et Taxes</b>			
<b>64 - Charges de Personnel</b>			
Rémunérations du personnel	1 739 €		
<b>TOTAL DES CHARGES</b>	<b>2731 €</b>	<b>TOTAL DES PRODUITS</b>	<b>2731 €</b>

## Résultats

La présentation des principaux résultats tant quantitatifs que qualitatifs :

- *Le degré d'atteinte des objectifs fixés*

**L'évaluation de l'action permet de dire que les objectifs ont été atteints :**

- ❖ Sensibiliser à l'importance d'un petit déjeuner équilibré
- ❖ Informer en tenant compte des habitudes de consommation
- ❖ Réunir parents et enfants autour d'une même animation
- ❖ Redécouvrir le plaisir de la prise en commun d'un repas de famille

- *Les effets de l'action déjà connus en termes quantitatifs et qualitatifs*

Les quatre ateliers prévus ont eu lieu soit le mercredi matin, soit sur une période de vacances scolaires (24/04,06/06,26/09 et 30/10) et ont réuni 56 personnes.

Les professionnels se sont félicités de la qualité d'écoute, à une exception près, et de l'engagement participatif des personnes présentes y compris de la part des enfants : les jeux organisés ont introduit une émulation entre eux. La conjonction du mode ludique et concret (produits présents et consommés sur place) a contribué à marquer les esprits sur les notions de base.

La plupart des personnes ayant participé ont déclaré être satisfaits ou très satisfaits des animations (seule une personne s'est déclarée pas satisfaite), tous comme 24 personnes sur les 27 qui se sont exprimées ont estimé avoir envie de changer leurs habitudes par rapport au petit déjeuner. Lors de la séance 3, une famille a témoigné de ce que lui avait apporté sa participation à la séance 1.

L'atelier a permis d'aborder avec les parents les freins à la prise d'un petit déjeuner (difficultés financières qui peuvent freiner la variété des produits mis à disposition à la maison, isolement, manque d'appétit ou d'envie).

- *Les résultats inattendus qu'ils soient positifs ou négatifs*

Un travail sur la parentalité avec certaines mamans a été enclenché : deux d'entre elles ont fait la démarche de prendre RV pour une consultation à l'hôpital (diététicienne) pour un problème d'obésité d'un de leurs enfants.

Cette action a conduit les travailleurs sociaux du service social à participer à une action sur le Petit déjeuner lors d'une animation organisée par l'Atelier Santé Ville intitulée « La rentrée du bon pied ». Des outils des Petits Dej malins ont été ainsi ré-utilisés ce jour là.

- *Perspective (souhait de reconduire, d'étendre l'action...)*

Le service et son partenaire, l'UPE, réfléchissent ensemble à proposer de nouveau cette action en 2013 en orientant certaines séances vers les ados, et l'associant à des ateliers « goûters » et éventuellement en amenant parents et enfants à confectionner le pain, la confiture ou bien des entremets « maison ».

## Principaux enseignements

- *Principaux points forts et points faibles de l'action*

Points forts :

- ❖ L'équipe a perçu grâce à cette action que l'importance de la prise d'un petit déjeuner et d'une bonne pratique alimentaire est connue la plupart du temps et même intégrée par les parents. A l'inverse, ceux-ci ont pu exprimer leur difficulté, au quotidien, à faire passer ce message à leurs enfants. Or, ils expliquent que Les « Petits Dej » ont été d'un grand secours dans leurs efforts éducatifs : le discours parental relayé à l'extérieur, en l'occurrence à l'Epicerie, de manière interactive et ludique, les aide à faire admettre des changements de comportement de retour au domicile.
- ❖ La convivialité, la qualité des échanges, la mobilisation du public, les résultats positifs en terme de prise de conscience d'un possible changement de comportements alimentaires.
- ❖ Le partenariat très intéressant avec l'association ADSEA qui a permis à deux familles du quartier dont quatre enfants de prendre part à cette action et de découvrir ainsi la structure et ses activités.

Points faibles :

- ❖ Les difficultés organisationnelles pour conjuguer les disponibilités des équipes, des parents et des enfants (nécessité d'organiser sur des mercredi et les vacances scolaires ce qui n'est pas toujours simple)
- ❖ Les locaux peu adaptés en terme de disposition et de place
- *Facteurs déterminants de réussite (techniques, de gouvernance, autres...) :*
  - *Rôle de la DRAAF dans le montage du projet :*
  - *Freins-leviers marquants pour les différents partenaires :*
  - *Difficultés/intérêts liés à la thématique*

Le facteur déterminant est bien sûr la mutualisation des compétences (expertise de l'animatrice chargée de projet Nutrition de l'UPE associée à celle des travailleurs sociaux du service en terme de mobilisation et de connaissance du public). Ce partenariat très riche a permis d'assurer la réussite de ce projet.

- *Difficultés rencontrées, solutions mises en œuvre*
- ❖ Le calendrier a été largement retardé à cause de contraintes multiples mais la volonté de mener ce projet a prévalu.
- ❖ Une répartition du nombre de participants homogène à chaque séance n'a pas été possible. Cela est difficile car certaines familles inscrites ne viennent pas tandis que l'exiguïté des locaux et le souci de la qualité de l'animation font qu'il est préférable de rester à un nombre raisonnable de participants. Du coup la mobilisation d'un plus grand nombre de personnes pour pallier aux défaillances éventuelles n'est pas possible.
- *Poste de dépenses à ne pas omettre/négliger pour la réussite de l'action*
- ❖ L'achat des denrées pour préparer les petits déjeuners
- *Améliorations possibles*
- ❖ Retravailler plus spécifiquement sur les freins et les représentations du public puisqu'il apparaît que les bases sont connues mais que c'est le passage de la connaissance des bonnes pratiques à une mise en œuvre quotidienne qui est plus difficile : imaginer de nouveaux outils.