

## [Estomacs buissonniers](#)

### **Des chercheurs proposent des moyens pour garder les élèves dans le giron alimentaire de l'école à l'heure du dîner**

Par [Jean Hamann](#)

*Au Fil des événements*

**ÉDITION DU 3 DÉCEMBRE 2009**

**Volume 45, numéro 14**

L'élimination de la malbouffe à l'école est un coup de couteau dans du beurre mou si les élèves vont chercher dans les fast-foods des parages ce qu'ils n'ont plus à portée de main. Que faut-il faire pour mettre les jeunes à l'abri de l'appel onctueux de la frite et du chant sirupeux des boissons gazeuses qui proviennent des restaurants établis à proximité des écoles? Une équipe de chercheurs de l'Université Laval qui étudie la question à l'école secondaire De Rochebelle propose un train de mesures pour garder les élèves sur les rails de la bonne alimentation.

Depuis 2004, la Chaire de recherche sur l'obésité de l'Université accompagne cette école dans la réforme de son environnement alimentaire. Selon des sondages menés en avril 2008 et en septembre 2009, entre 25 et 40 % des élèves s'aventurent hors de l'école au moins une fois tous les dix jours à l'heure du lunch. Dominique Beaulieu, étudiante au doctorat en santé communautaire, Gaston Godin, de la Faculté des sciences infirmières, et Denis Richard et Paul Boisvert, de la Chaire de recherche sur l'obésité, ont appliqué la théorie du comportement planifié pour analyser les facteurs qui influencent l'intention de manger à l'école le midi, qu'il s'agisse d'un lunch maison ou d'un repas de la cafétéria. Les réponses fournies par 153 élèves ont mis en lumière certains obstacles relatifs au milieu physique ainsi qu'au sentiment de compétence personnelle dans la préparation des lunches. «Avoir un bon lunch est l'un des facteurs qui influencent le plus l'intention de manger à l'école», souligne Dominique Beaulieu.

Pour ces raisons, le plan d'intervention proposé par les chercheurs s'articule sur deux tableaux. D'une part, il prévoit des améliorations au milieu physique: ajout de tables et de chaises à la cafétéria, augmentation du nombre de fours micro-ondes, réduction du temps d'attente pour être servi à la cafétéria et ajout de tables de pique-nique et de bancs dans la cour extérieure pour pouvoir y prendre un repas par jour de beau temps. Plusieurs de ces recommandations ont déjà été implantées. D'autre part, le plan propose des activités éducatives visant le développement des compétences et la capacité de surmonter les obstacles réels ou perçus. Parmi les activités envisagées, on pense à des ateliers-conférences animés par des nutritionnistes ou par des chefs cuisiniers, à la publication d'un livre des meilleures recettes proposées par les élèves ainsi qu'à un match d'improvisation ayant pour thème les repas à l'école.

En début de semaine, les chercheurs rencontraient la direction de l'école et des représentants étudiants pour leur exposer les actions envisagées au cours des prochaines semaines. «Nous espérons implanter ces mesures sous peu et évaluer leurs effets à la fin

du printemps», précise Dominique Beaulieu. L'objectif est de faire passer de 52 % à 67 % la proportion d'élèves qui mangent à l'école tous les jours.» Si les résultats sont concluants, ce projet pourra servir d'exemple et de guide pour d'autres écoles confrontées à des problèmes similaires.