

« Outil gras et sucre »

Présentation de l'outil :

Cet outil est composé :

- d'un **tableau magnétique** représentant les différentes quantités de sucres et graisses ajoutés contenues dans les produits ou aliments (morceaux de sucre ou càc d'huile),
- de **25 étiquettes rectangulaires magnétiques** : chacune représente un aliment ou une boisson,
- de **35 étiquettes rondes** illustrées par un morceau de sucre ou une cuillère à café d'huile,
- d'un **livret d'activité gras et sucres**.



Il a pour objectifs de :

- permettre de repérer la quantité de sucre et de matière grasse contenue et ou ajoutée dans les aliments, et de favoriser la compréhension de lecture des étiquettes alimentaires.
- permettre de limiter la consommation de produits gras et sucrés (surtout les boissons sucrées chez les enfants et les adolescents), sans pour autant « diaboliser » ces aliments.
- promouvoir l'intérêt de la consommation des fruits et des produits lactés non gras notamment au goûter.
- aborder les recommandations du PNNS, parler de l'hygiène bucco-dentaire, de l'intérêt de l'activité physique...



Publics : Tout public.



Acteur(s) mobilisé(s) :

- ◆ infirmiers scolaires, territoriaux,
- ◆ enseignants,
- ◆ animateurs,
- ◆ diététiciens.....



Matériel à prévoir :

- ◆ panneau gras et sucre
- ◆ livret d'activité gras et sucre (à photocopier), afin de compléter l'apport théorique lors de l'action et de permettre aux enfants d'évaluer leurs consommations via un quizz,
- ◆ Livrets PNNS sélectionnés en fonction du public,
- ◆ affiche goûter



Déroulement de l'activité :

L'animateur présente rapidement les objectifs de l'animation et le fonctionnement de l'outil.

Le tableau magnétique sera présenté avec les étiquettes rectangulaires des produits déjà positionnées sur les quantités d'huile et de sucre correspondantes. L'animateur évaluera la connaissance des participants concernant les repères du PNNS (gras et sucre).

Chaque participant devra observer le tableau magnétique et nommer le premier aliment. Les questions « selon vous combien de morceaux de sucre contient »et « selon vous combien de cuillère à café d'huile contient..... » seront posées et chacun devra coller sur les vignettes rectangulaires le nombre de magnets ronds (sucres et huile) qu'il pense « être la réponse » sur les aliments concernés.

En fin d'exercice, l'animateur fera glisser les vignettes rectangulaires une par une afin de comparer la réponse des participants avec la « bonne » réponse.

Les réponses seront reprises en groupe et chacun pourra s'exprimer sur ses représentations.



Modalités de prêt :

Contactez le Service de Santé Publique au 04.67.36.81.00
durée du prêt : 15 jours en fonction des disponibilités.