



INSPIR'  
ACTION

RYTHMES DE VIE  
DES ENFANTS  
DE 3 À 6 ANS

- ADES DU  
RHÔNE

# Sensibiliser professionnels et parents aux rythmes de vie des enfants de 3 à 6 ans

-

## ADES du Rhône

[Rhône, Auvergne-Rhône-Alpes]

### contexte de l'action

Ce projet répond au besoin de prévenir l'obésité et le surpoids chez les enfants de 3 à 6 ans par la promotion de rythmes de vie adaptés (alimentation équilibrée, bon sommeil, activité physique adaptée, etc.) tout en réduisant les inégalités de santé dès le plus jeune âge sur le territoire.

Ces besoins ont été répertoriés dans le diagnostic réalisé par l'Agence Régionale de Santé (ARS) Auvergne-Rhône-Alpes lors de l'appel à candidatures « P.A.C.A.P. en Rhône-Alpes » en 2015 (Petite-enfance, Alimentation, Corpulence et Activité Physique). Il s'appuie sur l'étude de la DREES sur la santé des enfants en grande section de maternelle en 2005-2006 qui met en avant que :

- Le surpoids (y compris obésité) en Rhône-Alpes est de 9,6 % ; même si ce taux est en dessous de la moyenne française à 12,1 %, la région étant très peuplée, ce pourcentage représente un nombre important d'enfants ;
- De fortes inégalités sociales sont présentes dans la prévalence de l'obésité infantile selon le groupe socioprofessionnel des parents. Elle est toujours plus élevée parmi les enfants « d'ouvrier » que parmi ceux de « cadre ».

Les dernières données de la DREES de 2012-2013 font état d'un pourcentage de surcharge pondérale nationale identique mais avec des inégalités sociales toujours présentes. Le taux de surcharge pondérale étant de 7 % chez les enfants de cadres et de 16 % chez les enfants d'ouvriers.

On peut également souligner des différences entre écoles en éducation prioritaire et hors éducation prioritaire avec des chiffres qui passent du simple au double. Ainsi, dans l'académie de Lyon, en 2012-2013,



## INSPIR' ACTION

—  
RYTHMES DE VIE  
DES ENFANTS  
DE 3 À 6 ANS  
- ADES DU  
RHÔNE

L'Observatoire régionale de la santé (ORS) relève 7,6 % d'enfants de maternelle en surcharge pondérale dans les écoles en éducation prioritaire contre 3 % hors éducation prioritaire.

De plus, le Schéma régional de santé constitutif du PRS 2018-2028 comprend comme objectif de « développer les actions de prévention et promotion de la santé en direction des nouveaux-nés, des enfants en bas âge, des jeunes et de leurs parents plus particulièrement sur des thèmes tels que le surpoids et l'obésité, la santé bucco-dentaire et les addictions, qui sont des marqueurs d'inégalités sociales de santé. Ces actions seront développées en priorité dans les zones d'éducation prioritaire, les quartiers politiques de la ville ainsi que les zones rurales les plus isolées. » Le PRS met ainsi en avant l'importance de mettre en place un parcours de santé dès le plus jeune âge. Le parcours « santé des jeunes » considère donc cette période 0-6 ans comme prioritaire ; notamment avec pour objectifs de « viser à réduire le nombre de jeunes en surpoids ou en obésité et améliorer la prise en charge de l'obésité ».

Enfin, le PRAPS (Programme Régional pour l'Accès à la Prévention et aux Soins) souligne également l'importance de promouvoir des dispositifs de prévention adaptés aux personnes en situation de précarité. Il est proposé notamment « d'adapter les actions en faveur de la prévention de l'obésité en lien avec une activité physique adaptée ».

Ce projet s'inscrit donc dans les objectifs du PNNS 4 2017-2021, de la Loi n° 2016-41 du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé, du Projet Régional de Santé (PRS) d'Auvergne-Rhône-Alpes 2018-2028, des contrats de ville qui ont inscrit la prévention de l'obésité dans leurs objectifs, du parcours éducatif de santé créé par la loi n° 2013-595 du 8 juillet 2013 d'orientation et de programmation pour la refondation de l'école de la République.

Ces besoins sont en lien avec les attentes et les besoins des professionnels de terrain (Éducation nationale, centres sociaux, maisons de quartier). L'Éducation nationale met aussi en avant le besoin de promouvoir la santé des enfants dès le plus jeune âge à travers son parcours éducatif de santé (PES), qui recouvre tous les niveaux scolaires, de la maternelle au lycée. Il regroupe les dispositifs qui concernent à la fois la protection de la santé des élèves, les activités éducatives liées à la prévention des conduites à risques et les activités pédagogiques mises en place dans les enseignements en référence au socle commun et aux programmes scolaires. L'organisation du parcours éducatif de santé concerne toutes les écoles et tous les établissements ; son contenu est adapté aux besoins et demandes des élèves et aux ressources disponibles.



## INSPIR' ACTION

RYTHMES DE VIE  
DES ENFANTS  
DE 3 À 6 ANS  
- ADES DU  
RHÔNE

De plus, les professionnels de terrain mettent en avant chez une majorité d'enfants de 3 à 6 ans : un déséquilibre alimentaire, un manque de sommeil, un temps devant les écrans important, etc. Et pour certains, des difficultés à trouver leur place dans le groupe.

### fiche-identité de l'action

**Porteur du projet :** ADES du Rhône (association départementale d'éducation pour la santé)

**Statut du projet :** en cours de mise en œuvre depuis 2015

**Échelle :** quartiers prioritaires de la ville du département du Rhône

**Thématiques traitées :** rythmes de vie

**Publics visés :** enfants, parents, personnels des établissements scolaires

**Partenaires opérationnels :** écoles maternelles, centres sociaux, mairies des communes investies (services scolaires et périscolaires)

**Partenaires financiers :** ARS Auvergne-Rhône-Alpes

**Gouvernance :** la coordination est assurée par une chargée de projets de l'ADES du Rhône. Un comité de pilotage réunit les directeurs des écoles maternelles concernées, les infirmiers scolaires, l'IEN (inspecteur de l'Éducation nationale), les coordinateurs famille/enfance des centres sociaux, les professionnels de la PMI (protection maternelle et infantile), le coordonnateur ASV (Atelier santé ville) du territoire concerné.

**Coût de l'action :** 45 000 € (1 ETP)

### objectifs de l'action

- > Accompagner la dynamique territoriale de promotion de la santé des enfants de 3 à 6 ans sur le territoire investi chaque année.
- > Sensibiliser et mobiliser les professionnels du territoire investi sur les thématiques en lien avec la santé des enfants de 3 à 6 ans.
- > Sensibiliser les parents du territoire investi aux enjeux de la promotion de la santé auprès de leur(s) enfant(s) en valorisant leurs compétences.
- > Former et accompagner les professionnels travaillant auprès des enfants de 3 à 6 ans sur le territoire du Rhône et de la métropole de Lyon (hors territoire investi).
- > Assurer le suivi du projet sur les deux derniers territoires investis afin de pérenniser le projet.



## INSPIR' ACTION

RYTHMES DE VIE  
DES ENFANTS  
DE 3 À 6 ANS

- ADES DU  
RHÔNE

## description de l'action

Depuis 2015, 5 territoires du Rhône en quartier prioritaire ou en veille active ont été investis :

- 2015-2016 : Vénissieux et Villeurbanne
- 2016-2017 : Saint-Priest
- 2017-2018 : Givors
- 2018-2019 : Lyon 3<sup>e</sup>.

Le principe est de pouvoir intervenir auprès des enfants de 3 à 6 ans ainsi qu'auprès de tous les adultes intervenants auprès d'eux soit les parents et les différents professionnels (enseignants, ATSEM, animateurs périscolaires, infirmières scolaires ou de PMI, etc.). En effet, les objectifs ne peuvent être atteints que s'ils sont relayés à la fois par les parents de ces enfants et par les professionnels entourant l'enfant au quotidien, qui sont tous deux les acteurs principaux dans la promotion de la santé de l'enfant. Il s'agit là d'adopter un langage commun et cohérent auprès de l'enfant.

Dans un premier temps, la participation aux groupes de travail autour de la santé des enfants de 3 à 6 ans sur le territoire investi permet de recueillir les besoins et les attentes en lien avec la santé des enfants de 3 à 6 ans et d'identifier les partenaires et les ressources disponibles. Après l'étude du territoire, un comité de pilotage est mis en place avec les professionnels qui souhaitent participer au projet.

### *Axe scolaire (enfants/enseignants/parents)*

Une formation est proposée aux professionnels scolaires sur le bien-être et les rythmes de vie des enfants de 3 à 6 ans (alimentation, activité physique, sommeil principalement) et sur la mise en place d'actions d'éducation à la santé auprès des enfants de 3 à 6 ans afin de permettre un temps de sensibilisation à l'éducation pour la santé et la présentation d'outils aux professionnels.

Un temps de préparation des séances en co-construction en vue d'une co-animation avec les enseignants est mis en place. Ces séances sont donc construites en prenant en compte les besoins et les demandes de l'enseignant sur les rythmes de vie de l'enfant. Elles s'inscrivent ainsi avec les objectifs pédagogiques de l'enseignant permettant une pérennisation plus facile du projet dans le temps.

Puis les animations auprès des enfants ont lieu en classe pendant le temps scolaire : les enfants assistent à 5 séances d'une matinée entière sur la thématique retenue (le petit-déjeuner, le goûter sans emballage, les fruits et légumes du marché, etc.). Les objectifs visent une intervention dans 4 à 6 classes de l'établissement scolaire.



## INSPIR' ACTION

RYTHMES DE VIE  
DES ENFANTS  
DE 3 À 6 ANS  
- ADES DU  
RHÔNE

Enfin, des temps parents/enfants sont organisés en classe avec les enseignants sur les thématiques de santé des enfants de 3 à 6 ans.

### *Axe périscolaire (enfants/professionnels/parents)*

Une formation est organisée auprès des professionnels du territoire investi sur le bien-être et les rythmes de vie des enfants de 3 à 6 ans et sur la mise en place d'actions de promotion de la santé. Les professionnels formés peuvent être accompagnés sur le terrain pour aider à la pérennisation du projet.

Des cafés parents sont également proposés sur les thématiques du bien-être de l'enfant de 3 à 6 ans en partenariat avec des centres sociaux du territoire investi.

## résultats de l'action

- > Sur les années précédentes, les objectifs ont été atteints.
- > Les actions se sont déroulées comme prévu sur les périodes de septembre N-1 à juillet N.
- > Les indicateurs en termes de nombre d'interventions prévues sont respectés et le calendrier prévisionnel est respecté.
- > En moyenne, 3 à 4 réunions du comité de pilotage ont lieu par an et ont atteint au moins 6 à 8 personnes par réunion.
- > En moyenne, 6 classes sont touchées par année scolaire.
- > Les objectifs en termes de bénéficiaires touchés sont également atteints concernant les différents publics touchés (enfants, professionnels, parents). La présence des parents varie en fonction des classes.
- > La plupart des enseignants se sont bien investis dans le projet. Celui-ci est vu comme une opportunité de mettre en place un projet qu'ils n'oseraient pas forcément mettre en place sans accompagnement mais aussi comme une continuité pour les années scolaires futures et non comme un « one-shot ». Dans le retour des enseignants de Givors, 6 enseignants sur 7 ont l'intention de remettre en place un projet de ce type.
- > Les indicateurs concernant les formations des professionnels sont eux aussi largement atteints : par exemple, concernant l'action sur Givors, 100 % des professionnels estiment avoir acquis des connaissances sur la mise en place de projet d'éducation pour la santé auprès des enfants de 3 à 6 ans et 89 % des professionnels se sentent en capacité de mettre en place des actions d'éducation pour la santé.



## INSPIR' ACTION

RYTHMES DE VIE  
DES ENFANTS  
DE 3 À 6 ANS

- ADES DU  
RHÔNE

> La santé est un sujet apprécié. Les enfants et les parents ont montré un fort intérêt vis-à-vis des thématiques abordées :

- les enfants sont intéressés, posent beaucoup de questions et ont à cœur de mettre en pratique ce qui était travailler en classe ;
- les parents apprécient les sujets abordés, le fait de découvrir de nouvelles connaissances et les temps partagés avec leurs enfants.

### perspectives

> Une 4<sup>e</sup> reconduction annuelle est envisagée dans le cadre d'un nouvel AAP.

> Le choix des territoires à investir va s'appuyer sur l'état des lieux ORS de 2016, afin de s'impliquer sur les territoires les plus en besoin.

> Par ailleurs, ce projet sera mis en lien avec le projet « Bien-être du jeune enfant » développé à l'ADES.

### conseils pour reproduire ce projet

> Ne pas imposer le projet aux enseignants (vérifier l'accord de toute l'équipe éducative) : le volontariat est essentiel pour la cohérence et la pérennisation du projet.

> Prendre en compte le planning des enseignants.

> Penser à un temps de préparation en amont avec les enseignants du projet car souvent le temps de travail pour co-construire les séances a lieu pendant le temps de midi.

> Penser à impliquer les ATSEM dans le projet car elles participent aux actions dans la classe : à Givors, la mise en place de la formation a pris plus de temps que prévu du fait de la difficulté de mobilisation des ATSEM car il est difficile de réunir plus de 10 ASTEM en même temps. Elles ne sont pas toutes remplacées quand elles vont en formation, cela impacte donc le déroulé de la classe ce jour-là et la gestion de la classe sans ASTEM est compliquée pour certains enseignants.

> Essayer de chercher un territoire d'action où le lien entre la ville et l'école est actif car le lien peut être fragile entre le scolaire et le périscolaire et la continuité du projet se fera alors plus difficilement.

> Ne pas sensibiliser que les référents mais aussi les animateurs car ce sont eux les premiers sur le terrain qui peuvent faire perdurer l'action.

> Prendre en compte la complexité d'organisation du périscolaire dans certains territoires (directeurs d'accueils de loisirs associatifs ou municipaux) donc plusieurs acteurs à mobiliser.



## INSPIR' ACTION

—  
RYTHMES DE VIE  
DES ENFANTS  
DE 3 À 6 ANS  
- ADES DU  
RHÔNE

### repères sur le territoire

**Territoire :** le département du Rhône (1,8 millions d'habitants) compte 219 communes, dont 20 sont concernées par la politique de la ville. Pour l'action présentée ici, cinq territoires ont été investis : Givors, Lyon 3<sup>e</sup>, Saint-Priest, Vénissieux et Villeurbanne.

**Contrat de ville :** sur ces cinq territoires, tous concernés par la politique de la ville, les actions de prévention de l'obésité et de promotion de la santé sont inscrites dans les contrats de ville.

**Démarche territoriale de santé :** dans les territoires investis, à l'exception de Givors, un ASV assure le lien avec les partenaires de terrain. Les villes de Lyon et Villeurbanne sont couvertes par un contrat local de santé (CLS) ; celles de Vénissieux, Saint-Priest et Givors sont en cours d'élaboration de leur CLS.

### aller plus loin

> Site de l'ADES du Rhône : <http://www.adesdurhone.fr/>

### contact référent

**Aurélie Houbre**

Chargée de projets

ADES du Rhône

[contact@adesdurhone.fr](mailto:contact@adesdurhone.fr)

04 72 41 66 11

Cette Inspir'action fait partie du Dossier ressources « École, promotion de la santé et territoires ».

À télécharger ici → <http://www.fabrique-territoires-sante.org>

*Complété le 26.03.2019*