

Des œufs au petit déjeuner ?

La centaine d'élèves de sixième du collège le Grand-Meaulnes est sensibilisée à l'importance du petit déjeuner, atelier pratique à l'ap-pui mardi et aujourd'hui.

Magali Saint-Genès

magali.saint-genes@centrefrance.com

« **F**ace aux résultats de notre enquête, nous avons été stupéfaits », reconnaît Marie-Paule Rollot, infirmière au collège le Grand-Meaulnes. Parmi la centaine d'élèves de sixième, un sur deux ne petit-déjeune pas et 60 % ne prennent pas un repas équilibré avant d'aller en cours le matin. Mais même en l'absence de distributeurs dans l'établissement, comme le veut la loi, les barres chocolatées fleurissent à l'heure de la récréation.

Dans le cadre du projet sixième, une opération petit déjeuner a été mise en place. « C'est difficile de s'habituer à la nouvelle vie de collégien. Et puis, il y a le côté "maintenant je suis grand, je peux me coucher tard, regarder la télé le soir, ne pas prendre de petit déjeuner pour gagner du temps". Nous voulons, à travers les actions de ce projet, leur donner de



VARIÉTÉ. Sur les plateaux, la diversité des produits en a séduit plus d'un même si manger des œufs au petit déjeuner reste surprenant pour beaucoup d'élèves.

bonnes habitudes, de nouveaux repères, etc. », explique Frédéric Couturier, principal du collège.

« Bon pour réfléchir et la concentration »

Marie-Paule Rollot a donc passé une heure dans chaque classe. « Il s'agit de leur faire comprendre que bien manger le matin permet de se concentrer, de bien apprendre, mémoriser et être en forme jusqu'au repas

suivant. Pour eux, c'est utile pour le sport mais pas pour réfléchir. »

Après la théorie, la pratique. Mardi matin, les classes Van Gogh et Pascal ont commencé la matinée par un petit déjeuner à la demi-pension du collège. Au self : des fruits, des laitages, du pain, du beurre, de la charcuterie et de l'omelette aux côtés des boissons. Et l'action séduit. « C'est génial, on devrait faire ça tous les jours ! »,

lancent Ashley et Fanta. D'autres sont surpris : « On n'aurait jamais pensé à manger le matin du jambon ou une omelette, mais c'est une super idée », estime Alexis, Amine et Jules. Leurs copains des classes Heraclès et Darwin passeront au self ce matin.

Quant aux parents d'élèves, ils auront une lettre d'information et seront reçus au collège prochainement, car leur rôle est important. ■