



Parce
p
la For
éduc





La Fondation d'entreprise Lactel® révèle les résultats de son étude sur « les collégiens et le petit déjeuner »¹, menée en partenariat avec le Collectif du Petit-déjeuner à la française. Selon cette étude, plus de 6 collégiens sur 10 ne prennent pas, au quotidien, un petit déjeuner suffisamment complet. Un chiffre qui incite la Fondation d'entreprise Lactel® à se mobiliser encore davantage, après 3 ans d'actions sur le terrain qui ont déjà permis de toucher 51 000 enfants et leurs familles. Seule ou aux côtés d'acteurs associatifs, elle mènera en 2022 une série d'opérations dans toute la France, afin de rappeler l'importance de ce repas essentiel de la journée. Dans le cadre de son 3^e appel à projets, elle soutient par ailleurs 5 associations proposant des dispositifs pédagogiques sur le thème de l'équilibre alimentaire. La Fondation d'entreprise Lactel® renouvelle également sa collaboration avec le Secours populaire, autour de deux opérations solidaires : « Les Journées des Oubliés des Vacances » et « Les aventuriers du P'tit Déj Yéyéyé ».

1 - Enquête menée par l'IFOP, du 24 mars au 1^{er} avril 2022 auprès de 480 collégiens

Aider les familles à adopter de bonnes habitudes alimentaires au petit déjeuner

En 2019, la Fondation d'entreprise Lactel® naissait d'un constat : 1 enfant sur 4 ne prenait pas, à l'époque, de petit déjeuner chaque matin². Si, aujourd'hui, ce nombre est plutôt autour de 1 sur 5, cette amélioration cache néanmoins des disparités fortes au sein de la population, ainsi qu'un équilibre alimentaire pas toujours au rendez-vous. Fatigue, manque de concentration, faible participation en classe... Faire l'impasse sur ce repas essentiel de la journée peut pourtant avoir de réelles conséquences sur leur vie sociale comme sur leur santé. C'est pourquoi, **depuis 3 ans, la fondation multiplie les initiatives pour accompagner les familles vers de bonnes habitudes alimentaires**. Entre 2019 et fin 2021, 51 000 d'entre elles ont ainsi pu bénéficier d'actions ciblées et un objectif de 100 000 familles touchées est fixé d'ici à 2024.



La Fondation d'entreprise Lactel® décline son action autour de 3 axes :



Étudier,

en collaboration avec des chercheurs, des nutritionnistes, des psychologues, afin de comprendre et d'expliquer le rôle du petit déjeuner dans l'équilibre alimentaire ;



Informer,

pour sensibiliser le grand public et faire évoluer les pratiques autour du petit déjeuner ;



Agir,

au travers d'actions phares, telles que des ateliers de sensibilisation gratuits ou des partenariats avec les musées des sciences, pour ne citer que quelques exemples.



Étudier



Étudier

Étudier pour mieux comprendre les habitudes des collégiens au petit déjeuner

C'est dans le cadre de son premier pilier, « étudier », que la Fondation d'entreprise Lactel® a mené avec l'IFOP une étude auprès de 480 collégiens sur leurs habitudes au petit déjeuner, en partenariat avec le Collectif du Petit-déjeuner à la française. Une tranche d'âge particulièrement sensible, car ces adolescents, en pleine croissance, doivent veiller à une alimentation saine et équilibrée. D'autant qu'ils sont à une étape charnière de leurs apprentissages scolaires, qui les oblige à un effort de concentration plus important.

Or, selon l'étude menée par la Fondation d'entreprise Lactel®, **66 % des collégiens ne consomment pas un petit déjeuner complet le matin**. Autrement dit, un repas qui contient les 3 clés alimentaires de ce repas : un produit céréalier (pain, tartine), un produit laitier (lait, yaourt) et un produit fruitier (fruit ou jus). D'ailleurs, **77 % des parents reconnaissent donner à manger à leur enfant ce qui lui fait plaisir**, sans forcément tenir compte, donc, de cet équilibre nutritionnel.

De plus, les collégiens qui avouent une prise occasionnelle (1-3 fois par semaine) la justifient par le fait qu'ils n'ont pas faim ou soif au réveil (58 %), qu'ils manquent de temps ou souhaitent prioriser leur sommeil (57 %). Chez les filles, le décrochage s'observe dès la 4^e. Ainsi, alors que le petit déjeuner est globalement apprécié des collégiens, qui lui accordent une note de 7,3/10, cette évaluation chute à 6,4/10 chez les filles en classe de 3^e.

Enfin, autre constat qui ressort de l'étude : le petit déjeuner est d'autant plus complet qu'il s'inscrit dans un schéma de convivialité. Or, **près de 1/3 des collégiens de 3^e prennent leur petit déjeuner seuls**, et près de 7 sur 10 le préparent eux-mêmes, sans l'aide de leurs parents.



66 % des collégiens ne consomment pas un petit déjeuner complet le matin



Informer



Informer pour sensibiliser aux bonnes pratiques alimentaires

Ces résultats confortent la Fondation d'entreprise Lactel® dans sa mission de sensibilisation autour des bonnes pratiques alimentaires lors du petit déjeuner. Pour favoriser l'adoption de bonnes habitudes, elle a multiplié les actions en 2021. Un **jeu pédagogique**, le « **Détective P'tit Déj'** », a notamment été développé l'an dernier, téléchargeable gratuitement sur le site Internet de la fondation, pour apprendre les principes d'un petit déjeuner complet et équilibré, selon le profil de chaque joueur. Celui-ci a servi de base à la mise en place d'ateliers autour de ce sujet dans les musées des sciences de plusieurs grandes villes, telles que Bordeaux, Strasbourg ou Vitry-sur-Seine, animés par des diététiciennes, sur des thèmes tels que : « Je compose mon petit déjeuner équilibré » et « J'adapte mes portions ».



En 2022, la Fondation d'entreprise Lactel® a enrichi encore son dispositif de sensibilisation, pour toucher un nombre toujours plus important de familles, avec une **exposition interactive « Les 5 Sens du Petit Déjeuner »**. Celle-ci s'est tenue le 28 mai dernier au musée des sciences de Laval avant de démarrer son itinérance estivale dans les Maisons des Jeunes et de la Culture de 3 quartiers prioritaires. À partir de septembre, elle sera visible dans l'espace d'exposition de la piscine Saint-Nicolas, l'un des lieux de mixité sociale les plus importants de la ville, pour toucher notamment les scolaires.

Ce parcours immersif invite à découvrir, à travers diverses activités autour des sens, la façon de composer un petit déjeuner équilibré à la façon « yéyéyé », à savoir un produit céréalier, un fruitier et un laitier. Le goût, notamment, a été traité comme un jeu de plateau où il faut être le premier à répondre aux questions sur les produits laitiers. La vue est abordée à l'aide d'un Cherche et Trouve géant. Le toucher est adressé à travers le contact avec des fruits, tandis que l'ouïe est stimulée avec les produits céréaliers et que l'odorat est activé par les odeurs du petit déjeuner. Et, pour s'immerger totalement dans cet univers, la Fondation d'entreprise Lactel®, en partenariat avec Évidence Santé, a fait appel à la start-up Lavalloise INOD pour développer une **application de réalité virtuelle baptisée « Petit Déj Challenge »**. Équipés de casques VR, les participants sont invités à composer un petit déjeuner équilibré en moins de 2 minutes.

Une présence dans les musées des sciences et un déploiement plus massif dans des lieux publics ou manifestations, tels que les Champs Libres de Rennes à l'occasion de la Fête de la Science début octobre 2022, viendront également rythmer le programme de l'exposition itinérante et des ateliers.

Ainsi, la Fondation d'entreprise Lactel® met un maximum de moyens pour sensibiliser le public à la composition d'un petit déjeuner à la fois délicieux, complet et équilibré, avec l'objectif de déployer ces dispositifs dans d'autres villes de France dès cette année.





Agir



Agir à travers des partenariats forts avec le milieu associatif national et local

Cette année, la Fondation d'entreprise Lactel® poursuit également sa politique active de partenariat, en soutenant des actions phares telles que la Journée des oubliés des vacances, organisée par le Secours populaire français.

Chaque année, l'association permet à des dizaines de milliers d'enfants de partir, le temps d'une journée, à la mer, à la montagne, dans un parc d'attractions, loin de leur quotidien. Pour la plupart issus de familles modestes, ils sont nombreux à ne pas prendre de petit déjeuner quotidiennement. C'est donc tout naturellement que la Fondation d'entreprise Lactel® a choisi de contribuer à plusieurs **Journées des oubliés des vacances**, en distribuant des petits déjeuners complets et en prodiguant quelques conseils sur l'importance de ce repas. Dans le cadre de son partenariat avec le Secours populaire français, la Fondation d'entreprise Lactel® a aussi créé les **journées des « Aventuriers du p'tit déj Yé, Yé, Yé ! »**. Autour de la dynamique du « Mieux manger,

mieux bouger », ces journées ont pour but de faire vivre une aventure hors du commun aux familles à travers différents ateliers : découverte d'une laiterie, spectacle interactif, échanges autour du petit déjeuner... Le 6 juillet 2022, la laiterie Lactel de Clermont (Oise) leur ouvrira ses portes : l'occasion pour 70 familles des fédérations du nord de la France de découvrir les coulisses de la production du lait, mais aussi de passer un moment ludique et instructif devant le spectacle interactif de la compagnie Acaly, ou encore de participer à un atelier nutrition sur le petit déjeuner animé par des experts en diététique, ainsi que plein d'autres surprises pour égayer cette journée.

Journée des oubliés des vacances

Plus de 30 000 petits déjeuners ont été distribués en 3 ans, avec le Secours populaire français !



Appel à projets 2022 : 5 associations lauréates !

Au-delà de son partenariat avec le Secours populaire français, la Fondation Lactel® lance chaque année un appel à projets et apporte son soutien à des associations agissant dans le domaine de l'éducation à une bonne alimentation. Les 5 lauréats 2022 sont ainsi :

- **Les enfants cuisinent**, créée par le chef Olivier Chaput (voir ci-dessous) ;
- **Marelle et Ricochet**, qui propose des ateliers pour apprendre en s'amusant ;
- **Imagineo**, qui organise des ateliers pédagogiques autour de l'alimentation dans les établissements scolaires, dont l'originalité repose sur le fait qu'ils sont développés par les enfants eux-mêmes qui les présentent ensuite à leurs camarades de classe ;
- **La compagnie Alcaly**, créatrice du spectacle « banane et brocolis » pour les 3-8 ans ;
- **Sens et savoirs** et son île Ô Saveurs, qui propose une cuisine ambulante, afin de sensibiliser à l'intérêt nutritionnel d'un bon petit déjeuner.

Un soutien de 35 000 €, à répartir entre les 5 projets, a été versé par la Fondation d'entreprise Lactel®.

Le chef Olivier Chaput sensibilise les familles à une alimentation saine

Créé dans le cadre de l'association « Les enfants cuisinent », ce projet est l'un des 5 lauréats 2022 de l'appel à projets lancé chaque année par la fondation. Ce foodtruck a pour vocation de promouvoir une alimentation saine auprès des familles en situation de précarité. Un projet porté par Olivier Chaput, chef et chroniqueur télé, connu comme le chef préféré des enfants.





“

Le saut du petit déjeuner, repas pourtant essentiel, entraîne chez les élèves fatigue, manque de concentration et moindre participation en cours, influençant négativement l'acquisition des apprentissages. La Fondation Lactel® s'est donné pour mission de faire évoluer les comportements autour de ce repas, en aidant les familles à adopter de bons réflexes alimentaires dès le réveil et à les ancrer durablement dans leur quotidien. Nous sommes convaincus que c'est dans la proximité et le dialogue que nous pouvons faire changer les choses. C'est pourquoi nous agissons toute l'année auprès des familles, via de nombreuses actions de terrain », déclare Catherine Roux, présidente de la Fondation d'entreprise Lactel®.



À propos de la Fondation d'Entreprise Lactel®

Créée en 2019, la Fondation d'Entreprise Lactel® a pour mission principale d'aider les familles à mettre en œuvre les bonnes habitudes alimentaires au quotidien. Convaincue que c'est en privilégiant des actions concrètes, de proximité, basées sur le dialogue que l'on pourra faire évoluer les comportements, sa mission se partage ainsi entre des événements solidaires auprès des familles, des études sur le rôle du petit déjeuner dans l'équilibre alimentaire, la mise en œuvre de nouvelles habitudes nutritionnelles, ainsi que le partage de connaissances dans le cadre de d'ateliers ludopédagogiques. La Fondation mène également des appels à projets autour de sa mission.

Site Internet de la Fondation d'Entreprise Lactel® : www.fondationlactel.org

Page LinkedIn : <https://www.linkedin.com/company/fondation-d-entreprise-lactel/>

Page Instagram : https://www.instagram.com/fondation_lactel/