Enseignement

Des nouvelles de l'école communale

Site : www.ecolecommunalederendeux.be
Mail : boutayph@outlook.com
Téléphone : 084/47.81.00 GSM : 0477/81.04.63

Notre journée à la ferme

Degré moyen – 3e et 4e primaire



Nous sommes arrivés à la ferme Pré le Garde vers 10h. Nous avons rencontré le fermier et la fermière Gaytanne ainsi que sa fille Lucile et leur employée Emilie.

Nous avons commencé notre journée près des vaches. On a appris différentes races de vaches : les Montbéliardes, les Normandes, les Vosgiennes…

On a eu la chance de tous traire Renée et même de gouter son lait, il était encore chaud car il venait de sortir de son pis !

Ensuite nous avons gouté différents fromages et Gaytanne nous a raconté la légende du fermier qui inventa le fromage. Elle nous a également appris à gouter, comme il faut, le fromage.

Nous avons aussi fabriqué de la maquée. On a même pu en prendre pour en gouter le lendemain à l'école. Ça a un gout assez fort. En effet, ça n'a pas plu à tout le monde ! Par contre le yaourt que le fermier nous avait préparé était délicieux ! Mmmmh surtout avec un peu de sirop !

Après le diner, on s'est détendu dans une plaine de jeux.

Durant l'après-midi, nous avons été avec Emilie nourrir les animaux : les cochons, les poules, les moutons… Mais le plus chouette c'était de pousser le silo aux vaches ! On avait tous une petite pelle, on était content de tous participer.

Après toutes ces activités il était déjà l'heure de retourner. Nous avons donc pris le bus pour rentrer à l'école avec des souvenirs plein la tête.





Projet pédagogique - l'alimentation saine

L'équipe pédagogique

Voici plusieurs mois que vous vous êtes engagés dans des recherches sur l'alimentation saine. En 2017-2018, le petit déjeuner et le gouter étaient les sujets de votre projet ! Nous espérons que celui-ci porte encore ses fruits au quotidien.

Cette année, vous avez centré votre réflexion autour de la collation. Nous sommes très fiers de l'ampleur qu'a pris ce projet et des résultats observés durant vos périodes tests. Nous avons gagné notre pari car nous remarquons que vous avez tous un comportement beaucoup plus critique et sélectif par rapport au choix de vos collations.

Il est donc temps de se positionner ! Grâce à votre investissement, vous avez poussé vos enseignants, votre directeur, vos parents mais aussi les membres du collège à se remettre en question. Les responsables de votre école ont donc dû clarifier leur rôle vis-à-vis de vos collations. Après avoir écouté les différentes parties, les responsables de l'école se positionnent donc comme ceci :

« *L'équipe pédagogique mènera des actions chaque année afin de sensibiliser, inciter et encourager les enfants à faire le bon choix pour leur collation. Elle continuera à mener des actions pour démontrer l'importance du petit déjeuner. En outre, l'équipe continuera à remplir le formulaire de l'appel à projet afin de bénéficier des fruits de l'APAQ-W gratuitement dès le mois de décembre. Au niveau de la règlementation, le mercredi reste un jour où le fruit est obligatoire : « Mercredi, jour du fruit ! ». Chaque jour, les collations exagérément sucrées ou grasses seront gentiment mises de côté jusqu'à la fin de la journée (chips, pâtisserie, chocolat…). Pour ce qui est des boissons, l'eau est privilégiée ! Elle ne coûte pas grand-chose, elle ne tache pas et est consommable directement au robinet. De plus, deux fontaines seront mises à disposition des élèves très prochainement. Les sodas sont proscrits et les petits jus sont à éviter (presqu'autant de sucre que les sodas).*
Les enfants ont créé une liste d'aliments qui rentrent dans les conditions d'une collation saine. Ils ont aussi fait des recherches sur les sucres cachés et les besoins nutritionnels. Nous sollicitons l'engagement des parents dans l'utilisation de la liste et des ressources pour faire le choix des collations de leurs enfants. »

Ci-dessous, vous trouverez votre liste et les ressources dont vos parents auront besoin pour sélectionner les collations qui vous conviennent. Vous constaterez qu'il y a un grand choix et qu'il est toujours possible de trouver un aliment à son gout.

Pour ceux qui se demandent pourquoi nous n'avons pas opté pour une interdiction pure et dure des collations dites « mauvaises », c'est simplement parce que nous pensons que cela relève plus de l'ordre de l'éducation et que l'école reste dans son rôle pédagogique. Elle se doit de vous faire devenir des personnes responsables, critiques et autonomes dans vos choix !

Chères Élèves, Chers Élèves, nous vous remercions de l'énergie dépensée dans ce projet.





Je dois veiller à ce que la valeur nutritionnelle pour 100g ne dépasse pas les 25g de graisses et les 15g de sucre.

<u>Les produits laitiers</u> une crème pudding à la vanille, un yaourt, une barquette de fromage frais avec ou sans grissini, un produit laitier à boire, etc.	<u>Les fruits</u> une compote, des fruits secs (une poignée), un fruit frais, etc.	mais… PAS DE PÂTISSERIE, CHIPS, CHOCOLAT
<u>Les légumes</u> Bâtonnets de carottes, Bâtonnets de concombres, des tomates cerises, des radis, etc.	<u>Les farineux et céréales</u> Une tartine de jambon ou de fromage, des « TUC » (max. 5), des Corn Flakes original, des crackers, des bâtonnets apéritifs (Bretzel), etc.	
Je pense aussi à boire régulièrement de l'eau. 		

Cross

Après avoir assisté à de multiples cross sous la pluie, c'est sous un beau soleil qui annonçait l'arrivée du printemps que nous avons pu encourager les élèves qualifiés pour la demi-finale du 27 février à Libramont.
Nous sommes fiers de l'esprit sportif de nos participants et fiers de vous annoncer la qualification de plusieurs élèves.





Feront partie du départ à la finale du cross à Chevetogne :
- Gauvain Tricot
- Edouard Collignon
- Théa Wuestenberghs
- Charlotte Cabu
- Élise Lerusse
- Corentin Lekeux
- Clarisse Paquay

Rendez-vous le mercredi 27 mars prochain pour les encourager !
Encore toutes mes félicitations à toutes ses petites têtes qui n'ont jamais peur d'aller dépasser leurs limites !

Boutay Philippe, Directeur f.f.





Les textes de l'école communale ont été écrits suivant les règles de la nouvelle orthographe.