



Communiqué de presse de la Société Suisse de Nutrition SSN

## Projet pour les 1 à 3 ans sur le disque alimentaire suisse

**Berne, le 6 mai 2022 – La Société Suisse de Nutrition SSN lance un nouveau matériel, en grande partie gratuit, sur le disque alimentaire suisse pour les enfants de 1 à 3 ans ou leurs personnes de référence.**

Le projet a pour objectif d'adapter le disque alimentaire suisse, destiné à l'origine aux 4 à 12 ans, aux besoins des enfants de 1 à 3 ans et de leurs personnes de référence. Ce projet s'adresse donc en premier lieu aux parents et aux professionnels qui sont en contact avec des enfants de 1 à 3 ans, comme les responsables de crèches ou de groupes de jeu, ainsi qu'aux institutions et aux projets des domaines de la santé, du social et de l'éducation qui proposent des offres aux enfants de cet âge. Mais les enfants plus âgés peuvent également profiter de ce matériel. Le projet vise à renforcer les compétences du personnel d'encadrement afin qu'il sache comment aborder le thème de l'alimentation et le thématiser à l'aide de mesures simples. Pour ce faire, la SSN met à disposition du matériel en grande partie gratuit.

### **Jeu de mémoire, coloriage et parcours-découverte**

Dans le cadre du projet, la SSN a conçu un jeu de mémoire avec 32 paires de cartes identiques de huit fruits et huit légumes différents, tous cultivés en Suisse. Pour chaque fruit et chaque légume, le jeu comporte deux paires : sur l'une figure une représentation du fruit ou légume entier, sur l'autre une vue de l'intérieur du fruit ou légume coupé par la moitié. Cela permet, en plus de la variante de jeu classique, d'autres possibilités d'utilisation.

Pour chacun des cinq messages du disque alimentaire suisse («De l'eau», «Des fruits et légumes», «Des repas réguliers», «Manger varié» et «Savourer avec tous ses sens»), une image à colorier est également disponible, ce qui permet aux enfants d'aborder le thème de l'alimentation avec plaisir et créativité. En outre, la SSN a élaboré un guide pour la mise en place d'un parcours-découverte à l'intention du personnel d'encadrement des crèches. Celui-ci propose diverses idées pour aborder de manière simple les messages du disque alimentaire avec les enfants et les sensibiliser de manière ludique et adaptée à leur âge à une alimentation équilibrée.

La SSN a pu réaliser ce projet grâce au soutien financier de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires (OSAV), de la Loterie Romande et du Fonds de loterie bernois.

**Plus d'informations sur le sujet sur :** [www.sge-ssn.ch/projet-disque-alimentaire](http://www.sge-ssn.ch/projet-disque-alimentaire)



## Téléchargement d'images

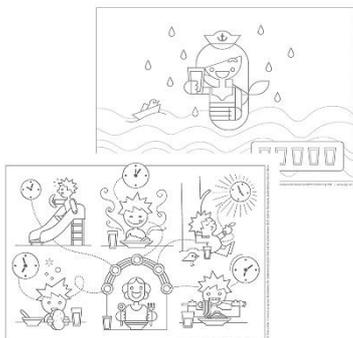
Jeu de mémoire



Cartes du jeu de mémoire



Coloriages





**sge** Schweizerische Gesellschaft für Ernährung  
**ssn** Société Suisse de Nutrition  
**ssn** Società Svizzera di Nutrizione

### **La Société Suisse de Nutrition SSN**

La Société Suisse de Nutrition SSN est le centre de compétences national, spécialiste des questions sur l'alimentation. Nous assumons des mandats et développons des offres qui contribuent à améliorer les conditions et à renforcer les compétences de la population dans le domaine de l'alimentation. Pour ce faire, nous adoptons une position qui permet à toute personne de prendre en charge son propre comportement alimentaire et de comprendre les informations.

Nos activités s'inscrivent dans la prévention et la promotion de la santé. Les principales compétences de la SSN sont l'acquisition de savoirs, l'élaboration d'une communication adaptée au public cible sur les principes scientifiques régissant des thèmes spécifiques liés à l'alimentation, et une formulation appropriée de ces principes pour la mise en pratique. En même temps, la coopération avec différents multiplicateurs et différentes multiplicatrices de ce secteur est activement favorisée.

### **Pour plus de renseignements**

Thomas Krienbühl, Consultant expert en communication  
Tél. +41 31 385 00 17, E-mail: [t.krienbuehl@sge-ssn.ch](mailto:t.krienbuehl@sge-ssn.ch)