

Bilan à mi-parcours du projet « Bien manger c'est le début du droit à la santé ! » porté par l'association mexicaine Ednica

Promouvoir une alimentation saine et équilibrée en faveur du développement de l'enfance et l'adolescence mexicaine travaillant dans la rue.



Le projet, qui en est à la moitié de sa réalisation, a déjà eu un fort impact sur les enfants et adolescents, ceux-ci ayant acquis bon nombre de connaissances concernant l'importance d'une alimentation équilibrée sur la santé. Ceci s'observe dans le comportement alimentaire des enfants, ces derniers mangent de plus en plus de fruits, légumes et produits laitiers et certains même en sont fiers. Qui plus est, le projet a également un impact sur les mères de famille, ce qui permet d'en pérenniser les résultats car celles-ci changent leurs habitudes alimentaires et donc celles de leurs enfants.

Détails des actions menées

Fin 2010, un **diagnostic** des habitudes alimentaires des enfants a permis aux éducateurs **d'actualiser le programme éducatif de nutrition et les menus des collations**. Un nouveau diagnostic au second semestre 2011 permettra de mesurer si les habitudes alimentaires des participants ont évolué.

196 enfants participent au Programme éducatif de nutrition. Des séances de « culture alternative » ont pour but de sensibiliser les enfants et adolescents à la possibilité de produire des aliments de bonne qualité et à faible coût. Ces séances s'accompagnent de cours théoriques sur l'alimentation. Les résultats se font déjà ressentir, les enfants ont acquis des connaissances sur le thème de l'alimentation et adoptent de plus en plus des attitudes alimentaires saines qui préservent leur santé.



56 mères se relayent chaque jour pour assurer le service de collation des enfants dans les trois Centres communautaires situés à Morelos, Xochimilco et Ajusco. Les menus des collations sont réalisés par un nutritionniste afin d'assurer le caractère équilibré, nutritif et sain de ces repas. Grâce aux activités éducatives, les éducateurs ont pu noter que les enfants acceptent de plus en plus de manger ce qui leur est servi. Travailler avec les mères permet à ces dernières de modifier peu à peu leurs habitudes culinaires. De bons résultats sont déjà observés, ces mères de famille cuisinent de plus en plus de légumes notamment (cf témoignage).

Témoignages

Miguel Ángel Hernández Valdez, 13 ans.

« Dans l'atelier de nutrition nous voyons des thèmes comme ceux du cadre de l'alimentation, des propriétés nutritives des aliments, de l'hygiène dans l'alimentation, de l'importance de manger des légumes, fruits et aliments sains. Ils nous enseignent aussi à ne pas manger d'aliments de mauvaise qualité. »

María Eugenia Ramírez García, 40 ans.

« J'apprends à alimenter mieux ma famille, mes enfants mangent mieux, maintenant ils mangent plus de légumes et d'aliments sains ; j'apprends à le faire ici (à Ednica), parce qu'avant je n'avais pas l'habitude de faire ce genre de choses. Maintenant, j'applique beaucoup ce dont nous parlons ici, je cuisine plus sainement et cela est important parce que les enfants se rendent compte que cela manquait, à présent cela se voit que mes enfants sont mieux alimentés. »