

## LA CONSOMMATION D'EAU A L'ÉCOLE : QUELS EN SONT LES ENJEUX ?



Bénédicte Lories  
ANALYSE UFAPEC  
MARS 2018 | 03.18



## Résumé

Boire de l'eau, c'est assouvir un besoin vital. Quelle place donner à la promotion de la consommation d'eau à l'école ? Quel est le rôle de l'école auprès des enfants et des jeunes pour sensibiliser à une alimentation saine, dont la consommation d'eau est une part importante ? Peut-on en réaliser un projet participatif ? Et peut-on y intégrer la sensibilisation à l'environnement ?

## Mots-clés :

Bien-être, santé publique, protection environnement, partenariat, distributeurs, citoyens, alimentation saine, climat scolaire, sensibilisation, promotion.



Avec le soutien du Ministère  
de la Fédération Wallonie-Bruxelles



## Introduction

Lors de nos rencontres avec des parents, nous avons constaté à quel point consommer de l'eau à l'école est une préoccupation qui revient régulièrement dans les discussions. L'eau est source de vie, indispensable à la croissance des enfants ; pourtant, beaucoup d'élèves boivent des boissons sucrées. Pourquoi ? Avec quelles conséquences sur leur santé ? La consommation de l'eau à l'école s'intègre dans le thème plus global de l'éducation à une bonne hygiène de vie. Dans d'autres analyses nous avons déjà abordé la problématique des toilettes à l'école<sup>1</sup>, et il faut noter encore l'importance de l'accès à des lavabos pour l'hygiène des mains avant de manger, quel que soit l'âge de l'élève.

En s'arrêtant sur ces habitudes de vie, et en prenant un peu de hauteur, nous réfléchissons dans cette analyse aux **enjeux** de la consommation d'eau à l'école.

Boire de l'eau à l'école, c'est avant tout répondre à un **besoin primaire et vital**, besoin directement **lié au bien-être et aux apprentissages**.

Nous verrons aussi pourquoi la possibilité d'avoir accès à de l'eau potable à l'école est un enjeu réel de **santé publique**, dépassant le cadre individuel.

D'autre part, les projets d'école liés à la promotion de l'eau à l'école fonctionnent mieux s'ils impliquent les **partenaires** de l'école. Cette analyse constitue une réflexion destinée à TOUS, qu'ils soient parent, directeur, enseignant, éducateur, ALE, personnel de cuisine, membre d'un pouvoir organisateur (PO), membre d'un conseil de participation, travailleur d'un service promotion de la santé à l'école (PSE), partenaire extérieur, ouvrier, etc.

Etre autorisé et encouragé à boire de l'eau à intervalle régulier pendant la journée scolaire, n'est-ce pas aussi révélateur d'un bon **climat d'école**, respectueux des élèves ?

Il s'agit par la même occasion de sensibiliser les élèves, dès le plus jeune âge, à la protection de l'**environnement**, un autre enjeu de taille.

Nous penserons aussi aux **distributeurs** de boissons sucrées qui ont envahi nos écoles. Les responsables des établissements scolaires sont tiraillés entre les méfaits des tentations sucrées et les bénéfiques que ces distributeurs engendrent, bénéfiques parfois indispensables pour l'école.

---

<sup>1</sup> LORIERIS Bénédicte, *Le tabou du corps à l'école : l'exemple des toilettes*, analyse UFAPEC 2010, n°12 : <http://www.ufapec.be/files/files/analyses/2010/1210toilettes.pdf>  
LORIERIS Bénédicte, *Réhabiliter collectivement les sanitaires à l'école*, pour un bien-être propice aux apprentissages ? analyse UFAPEC 2015, n°15 : <http://www.ufapec.be/files/files/analyses/2015/1015-sanitaires-scolaires.pdf>

## Constat : dégât des boissons sucrées sur la santé des enfants

Commençons par là. Qu'est-ce qui explique que les boissons sucrées ont la cote auprès de nombreux enfants ? Certaines habitudes familiales, le plaisir de boire des boissons sucrées, des milieux de vie qui ne mettent pas l'accent sur l'importance de boire de l'eau, mais aussi la publicité, la présence de distributeurs dans une partie des écoles, des emballages attrayants, des boissons disponibles partout, etc.

Pourtant, outre le fait que ces boissons sucrées et caféinées ne répondent pas aux besoins d'hydratation des enfants, la consommation de sodas et autres boissons sucrées provoque des dégâts sur la santé, dont des dégâts dentaires. Pour la mutualité chrétienne, *la consommation excessive de sodas augmente de façon non négligeable le risque de développer des caries : l'acidité va attaquer directement l'émail des dents et favoriser ainsi leur déminéralisation. Le sucre présent dans ces boissons va quant à lui nourrir les bactéries et microbes présents dans la plaque dentaire, ce qui va booster leur multiplication*<sup>2</sup>.

Autre conséquence de la consommation de ces boissons sucrées sur la santé : elles provoquent du surpoids et des maladies qui y sont liées. Pour l'OMS, *les enfants en surpoids ou obèses présentent un risque plus élevé de développer de graves problèmes de santé, notamment un diabète de type 2, de l'hypertension, de l'asthme et autres problèmes respiratoires, des troubles du sommeil ou une maladie hépatique. Ils peuvent également souffrir d'effets psychologiques – mauvaise estime de soi, dépression ou isolement social*<sup>3</sup>.

## Droit d'assouvir un besoin primaire

Ces dégâts sur la santé doivent nous faire réfléchir en tant qu'adultes, et faire en sorte que nous puissions promouvoir l'eau auprès des enfants dont nous sommes responsables, car leur besoin en eau est encore plus important que chez les adultes. Pour le Fonds BYX, géré par la Fondation Roi Baudouin, *dans la mesure où les enfants transpirent davantage que les adultes, leurs besoins en eau sont proportionnellement de 3 à 5 fois plus élevés. Ainsi, garçons et filles de 2 à 3 ans ont besoin de 1,3 litre/jour. Entre 4 et 8 ans, la quantité nécessaire en eau passe à 1,6 litre/jour, puis à 2,1 litres/jour pour les garçons, et à 1,9 litre/jour pour les filles de 9 à 13 ans. Les besoins hydriques des adolescents sont considérés comme identiques à ceux des adultes*<sup>4</sup>.

D'autre part, les enfants n'ont pas toujours le réflexe de boire. *De manière générale, les jeunes sont moins sensibles que les adultes à la sensation de soif*<sup>5</sup>.

Comment les sensibiliser à l'importance de boire beaucoup d'eau ? A différents moments de la journée, il est important que l'adulte rappelle régulièrement et

---

<sup>2</sup> [https://www.mc.be/votre-sante/corps/sante-dentaire/quotidien/soda\\_jus\\_fruits](https://www.mc.be/votre-sante/corps/sante-dentaire/quotidien/soda_jus_fruits)

<sup>3</sup> Diminuer la consommation de boissons sucrées pour réduire le risque de surpoids et d'obésité pendant l'enfance : [http://www.who.int/elena/titles/ssbs\\_childhood\\_obesity/fr/](http://www.who.int/elena/titles/ssbs_childhood_obesity/fr/)

<sup>4</sup> L'école et ses « fondamentaux » : <https://www.kbs-frb.be/fr/Virtual-Library/2015/315762>, p.7.

<sup>5</sup> Ibidem.



collectivement aux élèves de boire, en montrant l'exemple. Pourquoi ? *L'eau représente 60% du poids de l'enfant. Elle est indispensable à son développement et ce, bien plus encore qu'elle ne l'est au développement de l'adulte. N'oublions pas que le jeune enfant est aussi plus menacé par la déshydratation, notamment en cas de fortes chaleurs. Lorsque l'enfant manifeste sa soif, il est déjà en réalité en déficit d'hydratation<sup>6</sup>.*

Lien direct avec l'acquisition de savoirs, un élève hydraté sera mieux dans son corps, et directement mieux dans sa tête. Il sera donc davantage disponible pour les apprentissages<sup>7</sup>.

## Enjeu de santé publique

L'accès à l'eau dans le cadre scolaire est une question de santé individuelle, mais aussi de santé publique. Que signifie donc cette notion de « santé publique » ? On peut définir ce concept comme *la science et l'art de prévenir les maladies, de prolonger la vie et d'améliorer la santé physique et mentale à un niveau individuel et collectif. Le champ d'action de la santé publique inclut tous les systèmes de promotion de la santé, de prévention des maladies, de lutte contre la maladie (médecine et soins) et de réadaptation<sup>8</sup>.*

La promotion de l'eau à l'école est un enjeu fondamental, dans le sens où cet enjeu se rapporte à l'organisation de la microsociété que constitue l'école, et dans le sens où cet enjeu est ancré plus largement au sein de notre société. Par exemple, il y a de fortes chances que les élèves qui auront pris l'habitude de boire à l'école continueront à boire plus tard, ce qui a un impact positif en termes de santé publique.

## Pour des projets participatifs

Un autre enjeu lié à la consommation d'eau dans le cadre scolaire est aussi de réfléchir aux habitudes de l'école, en impliquant tous les citoyens qui interviennent de près ou de loin dans la vie scolaire. Pourquoi ne pas transformer cette réflexion en projet d'école, en mettant dans le coup :

- les élèves, qui peuvent se trouver au centre du processus participatif, par un projet qui les amène à être de réels acteurs, citoyens responsables ;
- les professeurs au sein de leurs cours ;
- les professionnels de la santé (PSE, ...) ;
- les parents pour comprendre et relayer le projet à la maison ;
- l'association de parents pour être le moteur du projet ou partie prenante ;
- les ouvriers de l'école pour le placement de fontaines, de robinets fonctionnels, etc. ;
- le personnel de cuisine pour la mise à disposition de carafes d'eau au réfectoire par exemple ;
- les partenaires extérieurs pour un spectacle, une animation, un moment de sensibilisation à la consommation d'eau ;

---

<sup>6</sup> HUBIN Jean-Pierre, *L'eau de distribution dans les écoles*, Guide des bonnes pratiques 2009, mangerbouger.be, AGERS : [http://mangerbouger.be/IMG/pdf/eau\\_distribution\\_ecole\\_2009.pdf](http://mangerbouger.be/IMG/pdf/eau_distribution_ecole_2009.pdf)

<sup>7</sup> [http://www.lavenir.net/cnt/dmf20140620\\_00493244](http://www.lavenir.net/cnt/dmf20140620_00493244)

<sup>8</sup> Définition « Santé publique » : [http://www.larousse.fr/encyclopedie/divers/santé\\_publicue/90008](http://www.larousse.fr/encyclopedie/divers/santé_publicue/90008)

- le conseil de participation pour la gestion et l'évaluation du projet, en impliquant les partenaires cités plus haut ;
- etc.

La promotion de l'eau à l'école est un exemple de thème qui peut vraiment engager tous les partenaires ; et il fonctionnera davantage sur base d'un large partenariat. *Travailler ensemble, c'est travailler avec l'élève, mais aussi avec les autres acteurs éducatifs afin de proposer des pratiques cohérentes et une mobilisation de tous autour des sujets de société. Travailler ensemble, c'est aussi permettre à chacun d'apporter son éclairage et de construire ainsi une approche plus complexe de la santé*<sup>9</sup>.

Pour de tels projets portant sur l'alimentation saine, ouvrir l'école aux parents relève d'un changement de paradigme, de modèle dans les relations familles-école. Il s'agit de ne pas trop vite juger les pratiques familiales en matière d'alimentation, qui sont souvent teintées d'affectif. *À l'école, l'alimentation est vue sous un angle éminemment fonctionnel, celui de nourrir le corps. Or du côté familial, l'alimentation c'est bien plus que ça ! Quand on passe à la loupe les régimes alimentaires des enfants sans tenir compte de toute la socialisation et la culture qui se cachent derrière le fait de manger, on tombe vite dans la stigmatisation de certains comportements, et par là, dans la remise en question de la légitimité des postures parentales concernant l'alimentation et l'éducation de manière plus générale. Il s'agit donc aujourd'hui de revaloriser et renforcer le lien de complémentarité entre l'école et la maison afin de construire un discours pédagogique et éducatif cohérent*<sup>10</sup>.

## Climat scolaire

La mise en œuvre d'un tel partenariat influence positivement le climat de l'école. Mais d'autres facteurs impactent ce climat, notamment le fait que les enseignants autorisent (ou non) leurs élèves à boire de l'eau pendant les cours. On touche ici au respect, par toute l'équipe éducative, des élèves et à leur bien-être au quotidien.

Mais de quoi parle-t-on quand on parle de climat scolaire ? Le « Pacte pour un enseignement d'excellence » propose de réfléchir à cette notion. Celle-ci renvoie à *la qualité de vie et de communication perçue au sein de l'école. On peut considérer que le climat d'une école correspond à l'atmosphère qui règne dans les rapports sociaux et aux valeurs, attitudes et sentiments partagés par les acteurs dans l'établissement scolaire. Majoritairement construit, le climat scolaire renvoie à une expérience subjective de vie à l'école. Il s'agit d'un concept inclusif tenant compte de tous les membres de la communauté scolaire. Toute définition du climat scolaire est nécessairement multifactorielle. La nature du climat au sein d'une école résulterait de la qualité des climats relationnel et éducatif, de justice et de sécurité*<sup>11</sup>.

Dans certains cas, l'accès compliqué à l'eau, sans règlement clair, n'entretient-il pas une forme d'autorité sur les élèves ? En cas de non-accès à l'eau pendant les cours, peut-on parler de violence institutionnelle, d'abus d'autorité ? La réflexion est lancée, mais il

---

<sup>9</sup> VANDERMEERSCH Virginie, *La santé à l'école au travers de pratiques éducatives*, novembre 2010 : <http://educationsante.be/article/la-sante-a-lecole-au-travers-des-pratiques-educatives/>

<sup>10</sup> Ibidem.

<sup>11</sup> <http://www.pactedexcellence.be/index.php/2017/04/10/le-climat-a-lecole/>

faut aussi être conscient des difficultés pour les enseignants de faire face à d'éventuelles perturbations des cours liées à la consommation d'eau, aux gourdes qui se renversent sur les bancs, etc. Il semble primordial de trouver ensemble un fonctionnement qui satisfasse toutes les parties.

## Sensibiliser à la protection de l'environnement

Ce que notre société a encore à gagner dans les projets qui touchent à la promotion de l'eau à l'école touche à la protection de l'environnement. La **consommation d'eau de distribution** est une garantie de qualité. Elle est moins chère qu'en bouteille, elle évite le transport et les emballages inutiles, et donc elle évite aussi le traitement des déchets. Mais il faudrait qu'elle ait un bon goût. Et c'est vrai que dans certaines communes, ce n'est pas vraiment le cas. Le politique doit pouvoir intervenir à ce titre.

Les berlingots, canettes, etc. peuvent être remplacés par des gourdes, des gobelets propres et réutilisables, et des fontaines à eau. Mais attention à l'hygiène dans ces cas-là !

A noter que du côté des élèves, la gourde a parfois une image négative ; de plus, elle peut couler. L'effet de groupe peut jouer ici, en en positivant l'usage.

Quant aux **fontaines** à eau, sont-elles la panacée ? Elles peuvent réduire les emballages, et inciter à remplir les gourdes. Mais il y a un revers à la médaille de ces fontaines à eau. Le coût initial est important pour l'école, il faut prévoir un entretien régulier ; et dans certains cas, les fontaines entraînent des jeux qui ne sont pas adéquats, qui salissent le sol. Avec certaines fontaines, à cause de leur design, il est parfois impossible d'y remplir une bouteille ou une gourde.

Par ailleurs, un matériel adéquat (fontaines, robinets accessibles, ...) peut-il faire fi d'une **sensibilisation** à la consommation d'eau de distribution ? Cette initiation nous semble essentielle. En annexe de cette analyse, nous présentons des exemples de projets qui mettent en valeur la consommation d'eau à l'école. L'école peut communiquer ces projets aux familles pour proposer un relais d'attitudes saines à la maison.

## Distributeurs de boissons sucrées dans les écoles, on en fait quoi ?

A coup sûr, ces distributeurs engendrent un bénéfice pour les écoles. Certaines directions affirment que si elles suppriment les distributeurs, les élèves sortiront de l'école et iront s'approvisionner en boissons sucrées au magasin le plus proche. C'est donc ce magasin qui générera des profits à la place de l'école.

Mais les écoles ne peuvent-elles pas s'en sortir financièrement sans ces distributeurs ? Il s'agit parfois de choix, de politique d'école. Ne faudrait-il pas plutôt prendre notre place d'adulte, citoyen actif et responsable au sein de l'école, en faisant prévaloir l'importance de la santé des élèves pour leur bien-être, et donc pour leur réussite ? Pour Christine Deliens, responsable de l'asbl Cordes, *il faudrait un regard neuf sur ce problème des ressources financières. A Cordes, nous plaçons pour un changement qui se fasse en concertation avec les parents, les enseignants, les directeurs, les élèves. C'est une*

*opportunité pour une autre éducation et qui a plus de chance d'aboutir que si l'ordre vient du haut*<sup>12</sup>.

Notre collègue Dominique Houssonloge ne dit pas autre chose à propos du rôle des associations de parents, dans son analyse sur l'alimentation saine : *Quant au rôle des associations de parents, de façon générale elles se préoccupent depuis longtemps de la question, tant au fondamental qu'au secondaire. Beaucoup d'entre elles s'investissent dans des projets allant de l'offre d'un bol de soupe à des actions de sensibilisation. Elles demandent aussi à l'école d'être en cohérence entre le discours et les produits proposés. Cela concerne notamment les distributeurs de sodas et snacks dans l'enceinte de l'école*<sup>13</sup>.

## Conclusion

L'accès à l'eau dans le cadre scolaire est un **droit pour TOUS** les élèves, quel que soit le milieu dans lequel ils vivent. Pour l'UFAPEC, l'enjeu est fondamental, car apprendre à boire de l'eau à l'école dès le plus jeune âge conditionne la consommation d'eau pour plus tard. Il s'agit bien d'une préoccupation de santé publique et d'habitudes sociales qui vont au-delà de l'école.

Mais pourquoi se préoccuper de la promotion de l'eau précisément dans le cadre scolaire ? Parce que c'est aussi à l'école que de nombreux apprentissages s'acquièrent et que les bonnes habitudes se prennent, notamment en matière d'hygiène de vie et de santé.

Dans la mesure où une bonne hydratation des élèves conditionne des apprentissages efficaces, pourquoi ne pas en réaliser un projet impliquant toute la communauté scolaire ? La prise en charge de la consommation d'eau peut être vue comme un baromètre de la **préoccupation pour le bien-être** des élèves. Les parents et les associations de parents, en collaboration avec tous les partenaires qui gravitent autour de l'école, peuvent être acteurs de changement, en prenant du recul par rapport au rôle d'adulte sur le fonctionnement de l'école, une véritable micro-société.

---

<sup>12</sup>VANDEMEULEBROUCKE Martine, *Les canettes à l'école, saga politique, marché juteux*, in revue Eduquer n°130, mai 2017, p. 16.

<sup>13</sup>HOUSSONLOGE Dominique, *L'école et l'alimentation saine pour tous ...*, analyse UFAPEC 2016, n°35 : <http://www.ufapec.be/files/files/analyses/2016/3516-Ecole-et-alimentation.pdf>

---





## Annexes

### Exemples de projets et de pratiques autour de la promotion de l'eau à l'école

- Organiser une journée, semaine, quinzaine de l'eau
- Présenter aux parents les réalisations (panneaux, vidéos, expériences, ...)
- Réaliser des dépliants à l'attention des parents
- Informer via le journal ou le site de l'école, la page Facebook de l'AP, ...
- Inaugurer une fontaine à eau avec les enfants
- Organiser un spectacle autour de ce thème
- Organiser une journée « eau » par semaine, par exemple tous les mardis, avec la collaboration des familles pour que l'enfant boive de l'eau aussi à la maison, le matin et le soir.
- Carafes d'eau disponibles au réfectoire, avec pourquoi pas des rondelles d'agrumes
- Demander aux élèves de décorer le coin fontaine (pictogrammes ou autres)
- Concours d'affiches
- Rédiger une charte par classe
- Organiser des discussions en classe sur l'importance de boire de l'eau