



Bruxelles, le 6 novembre 2023

Soupe gratuite à 10h :

Madame, Monsieur, Chers parents,

Le milieu scolaire joue un rôle déterminant dans l'apprentissage des bonnes habitudes alimentaires, c'est pourquoi j'ai le plaisir de vous annoncer qu'une soupe à 10h sera distribuée gratuitement à partir du 15 novembre prochain et que dorénavant, ce dispositif est étendu jusqu'à la fin de l'année scolaire. Cet apport équilibré et riche en légumes remplace les collations sucrées.

Le projet « Potage pour tous » s'intègre dans notre politique globale d'éducation à la santé car près de 15% des enfants sont en surcharge pondérale et que plusieurs études montrent qu'en consommant de la soupe à 10h, les enfants mangent mieux à midi et leur Indice de Masse Corporelle (IMC) s'améliore.

Alors qu'une collation sucrée à 10h n'a aucun apport pour la santé de l'enfant, un petit-déjeuner sain et équilibré et un goûter à 16h remplissent eux un rôle très important dans le cycle alimentaire de la journée et doivent faire l'objet d'une attention particulière. Un petit-déjeuner améliore les performances scolaires et l'absence de goûter entraîne des fringales le soir et mangent trop copieusement au souper alors que celui-ci devrait être un repas très léger pour ne pas accumuler et avoir une bonne nuit de sommeil.



En espérant que cette initiative contribuera à la bonne santé de votre enfant et en vous remerciant de votre confiance, je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, Chers parents, l'expression de mes sentiments les meilleurs.

Faouzia HARICHE,
Echevine de l'Instruction
Publique, de la Jeunesse et
des Ressources humaines.