

---

# Co-création avec des étudiants de master d'une " Fresque de l'Alimentation étudiante ", un atelier pédagogique initiant une réflexion sur les leviers d'action individuels et collectifs

Alice Bellicha\*<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Nutritional Epidemiology Research Team — Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle – Université Sorbonne Paris nord, Centre for Research in Epidemiology and Statistics — Centre de Recherche  pid miologie et Statistiques – France

## Résumé

Intitulé du symposium : Introduction d'enseignements à la transition écologique pour un développement soutenu  
les formations STAPS : retours d'expérience

La population étudiante, bien que présentant une diversité de comportements alimentaires, tend à adopter des habitudes peu favorables à la santé et peu durables. Ces comportements sont influencés par de multiples déterminants : individuels (situation financière, compétences culinaires...), interpersonnels (normes sociales alimentaires, soutien social...), environnementaux et politiques (offre alimentaire sur et autour des campus, médias sociaux...). Les établissements d'enseignement supérieur offrent un cadre privilégié pour sensibiliser les étudiants aux enjeux liés à leur alimentation, mais aussi pour co-construire, avec les étudiants et les acteurs concernés, des interventions susceptibles d'améliorer durablement leur alimentation.

C'est dans cette perspective qu'a été conçu la Fresque de l'Alimentation étudiante, un outil pédagogique participatif inspiré de la Fresque du Climat. Cet atelier vise à informer sur les déterminants de l'alimentation, à déconstruire certaines représentations, à susciter une réflexion collective sur les actions à mettre en place et les acteurs à mobiliser et, enfin, à favoriser le passage à l'action à l'échelle individuelle et collective.

Développée en 2024 par des étudiant.es de master 1 en Nutrition Humaine et Santé Publique (Université Sorbonne Paris Nord), en collaboration avec des (enseignants)-chercheurs de différentes disciplines, la Fresque a été élaborée en plusieurs étapes : 1) définition de ses objectifs pédagogiques, 2) synthèse bibliographique sur les comportements alimentaires étudiants et leurs déterminants, 3) création des cartes, test et finalisation auprès d'un public étudiant. Dès la conception de la Fresque, une application concrète a été envisagée. Les étudiant.es savaient qu'ils animeraient cet atelier au cours de leur année de master 2, auprès des participants à la Convention Citoyenne étudiante sur l'alimentation de l'Université Sorbonne Paris Nord.

La Fresque s'appuie sur un jeu de 30 cartes recto-verso, dont 12 " cartes quizz " abordant des chiffres clés sur l'alimentation étudiante et 18 " cartes déterminants " présentant

---

\*Intervenant

les principaux déterminants de l'alimentation étudiante classés en trois catégories (individuels, interpersonnels et environnementaux/ politiques). L'atelier est prévu pour durer deux heures et est organisé en 3 temps : 1) introduction (10 min), 2) réflexions collectives autour des 30 cartes distribuées (1h30) puis 3) discussion finale sur les leviers d'action et les acteurs à impliquer (20 min). L'animation est assurée par un animateur préalablement formé à l'animation de la Fresque, qui distribue progressivement les cartes selon une séquence prédéfinie.

La Fresque de l'Alimentation Étudiante a été animée auprès d'une centaine de participants aux profils variés (principalement des groupes d'étudiants, mais aussi des groupes mixtes réunissant étudiants, acteurs associatifs et personnels de l'enseignement supérieur). Bien qu'aucune évaluation formelle n'ait encore été menée, les premiers retours soulignent une bonne faisabilité et une forte capacité à susciter des débats constructifs. Des pistes de recherche sont en cours pour évaluer son impact dans le temps. Conscients que les ateliers Fresque ne sont pas toujours suffisants pour entraîner des changements de comportement durables, nous plaidons pour l'intégration de la Fresque de l'Alimentation Étudiante dans des dispositifs existants (tels que les formations TEDS, services sanitaires...) comme première étape vers des démarches de transformation collective, co-construites avec et pour les étudiants.