

Des parents avisés pour des enfants en bonne santé

Le projet « Vitalina » de l'EPER vise l'égalité des chances pour les enfants issus de la migration.

Tous les parents veulent que leurs enfants restent en bonne santé. Or, tous ne sont pas conscients de l'importance d'une alimentation équilibrée et d'une activité physique régulière pour le développement de l'enfant. Un emploi irrégulier, un faible niveau de formation, des revenus insuffisants ou le déracinement social, voire une combinaison de tout cela, peuvent les amener à négliger leurs enfants ou au contraire à trop les gâter sans savoir fixer des limites. Souvent, les conséquences sont une mauvaise alimentation et un manque d'activité. Des études menées dans les cantons de Bâle-Ville et de Bâle-Campagne montrent que les enfants issus de l'immigration et ceux dont les parents ont fait peu d'études sont nettement surreprésentés parmi les enfants en surpoids.

Présent dans ces deux cantons, le projet « Vitalina – Parents actifs – enfants en bonne santé » vise à entrer en relation avec les parents dans leur langue maternelle et sans jugement de valeur. Dans le cadre de Vitalina, les médiatrices et les médiateurs interculturels formés par l'EPER vont à la rencontre des parents sur les lieux où ces derniers passent du temps avec leurs enfants : places de jeux, centres familiaux, foyers d'hébergement de requérants d'asile, fêtes de quartier ou associations féminines. Le personnel de Vitalina transmet aux parents de précieuses informations sur l'alimentation, l'activité physique et la santé ainsi que

des conseils pour les mettre en pratique en les inscrivant dans les habitudes familiales au quotidien. Quelques exemples de ces conseils pratiques: manger chaque jour des fruits et légumes frais, éviter les boissons sucrées, prendre les repas en famille sans regarder la télévision, bouger suffisamment, veiller à l'hygiène dentaire et à un environnement sans fumée. En cas de problèmes sérieux ou si les parents ont des questions plus précises, les médiateurs les adressent aux services compétents, notamment aux consultations plus spécifiques pour mères ou pères de famille.

A Bâle-Ville, en 2016, Vitalina a pris pour thématique principale la protection contre le tabagisme passif, qui s'inscrivait dans le programme cantonal de prévention du tabagisme. Le personnel de Vitalina a été spécialement formé pour aborder ce sujet avec les parents et transmettre des conseils pratiques sur la manière de protéger les enfants de la fumée.

En 2016, l'équipe de Vitalina, soit 14 femmes et 4 hommes, a fourni 743 heures sur le terrain dans les cantons de Bâle-Ville et de Bâle-Campagne. 2400 pères et mères de famille ont été abordés pour engager le dialogue et leur procurer des informations, ceci dans 15 langues, dont l'albanais, l'arabe, le tamoul, le tigrigna et le turc.

« Vitalina nous a donné plein de bonnes idées »

« Je m'appelle Silvia Serrano, j'ai 37 ans et je suis mariée. Je suis Espagnole et je vis en Suisse depuis presque dix ans. Mon mari est Suisse. Alex, notre fils, a deux ans et demi. Nous vivons dans un petit village de Bâle-Campagne. Je suis mère au foyer.

La première fois que j'ai entendu parler de Vitalina, c'était dans une maison de quartier de Bâle où se retrouvent les communautés espagnole et portugaise. Entre 10 et 20 mères de famille s'y retrouvent les lundis. Patricia, notre cheffe de groupe, organise toujours des activités intéressantes et invite des personnes extérieures à parler. Ana Maria, la médiatrice de Vitalina, est venue plusieurs fois à nos rencontres du lundi. C'est toujours passionnant avec elle !

Nous discutons de ce qu'est une alimentation saine et de l'importance des activités physiques pour nos jeunes enfants. Le plus utile pour moi, ce sont les conseils et les activités pratiques. Un jour, nous étions toutes ensemble au parc de Kannenfeld et Ana Maria nous a montré plein de jeux passionnants à faire avec les enfants. Une autre fois, nous avons préparé le goûter tous ensemble: elle nous a donné plein de bonnes idées axées sur les enfants: comment rendre les fruits et légumes appétissants pour eux, comment les faire participer à la préparation du goûter.

Je voudrais faire des progrès en allemand et m'intégrer davantage en Suisse. Ainsi, plus tard, je pourrai aider mon fils quand il ira à l'école. »



Les médiatrices et les médiateurs de Vitalina vont là où sont les familles. par exemple dans les parcs et les fêtes de quartier.

Rapport de parrainage
Juin 2017

Parrainage Chances de formation pour les enfants

Votre parrainage aide des enfants issus d'un contexte familial difficile à prendre un bon départ scolaire. Les parents de langue étrangère sont encouragés à stimuler leurs enfants et sont conseillés lors de difficultés personnelles ou financières. Ils sont également informés sur les liens entre alimentation, activité physique et santé et sur des aspects importants du système scolaire suisse.

De la Syrie à Binningen

En 2014, au plus vif de la guerre en Syrie, la famille Al Mansour, deux adultes et quatre enfants, a dû quitter le pays pour se réfugier au Liban. Dans le cadre d'un programme spécial des Nations Unies, les Al Mansour ont pu quitter en juin 2015 le camp de réfugiés libanais pour être accueillis à Binningen, dans le canton de Bâle-Campagne.

« Deux mois seulement après notre arrivée en Suisse, nous avons fait la connaissance des personnes du projet Vitalina de l'EPER. Les médiateurs interculturels se sont présentés chez nous. Ensuite, nous nous sommes rencontrés deux fois encore. Comme parents, nous sommes très reconnaissants de pouvoir nourrir nos enfants sainement en Suisse, avec beaucoup de fruits et de légumes, »

raconte le père. « Nous ne mangeons presque plus de sucreries, même si c'est parfois difficile de renoncer au chocolat suisse. C'est seulement à travers le projet Vitalina que j'ai réalisé combien de sucre il y avait dans les aliments, » poursuit la mère. Et le père d'ajouter: « J'emène tous les jours mes enfants au parc à côté de chez nous et je les laisse courir partout une bonne heure au moins. Le soir, ils sont fatigués et dorment mieux. »

« Il nous a fallu nous habituer à l'idée que l'eau du robinet est de bonne qualité en Suisse – grâce à Vitalina. Nos enfants sont tout pour nous. A Binningen, nous avons trouvé une seconde patrie. »



Silvia Serrano avec Alex, son fils de deux ans et demi



Mohammad Al Mansour avec ses filles Sabrin, deux ans et demi, et Hiba, quatre ans